แหล่งเกิดแห่ง
ความสุข
(สุขสมุทัย)

วศิน อินทสระ

แหล่งเกิดแห่งความสุข (สุขสมุทัย) วศิน อินทสระ

แหล่งเกิดแห่งความสุข

(สุขสมุทัย)

วศิน อินทสระ

อภินันทนาการจาก

'บริษัท ทีพีไอ โพลีน จำกัด (มหาชน) และ

บริษัท ทีพีไอ คอนกรีต จำกัด'

1 กุมภาพันธ์ 2551

จากผู้เขียน

57/8 ถ.พิบูลสงคราม ซ.12
อ.เมือง จ.นนทบุรี 11000

4 มกราคม 2551

เรื่อง อนุญาตให้พิมพ์หนังสือ

เรียน คุณอรพิน เลี่ยวไพรัตน์

อ้างถึง หนังสือลงวันที่ 17 ธันวาคม 2550

ตามหนังสือที่อ้างถึง บริษัท ทีพีไอ โพลีน จำกัด (มหาชน) ขออนุญาตพิมพ์หนังสือเรื่อง "แหล่งเกิดแห่งความสุข (สุขสมุทัย)" จำนวน 37,000 เล่ม เพื่อเป็นธรรมทาน ความละเอียดแจ้งแล้วนั้น

ผมอนุญาตด้วยความยินดี ขออนุโมทนาในกุศลเจตนาของคุณอรพิน และบริษัท ทีพีไอ โพลีน จำกัด (มหาชน) เป็นอย่างยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

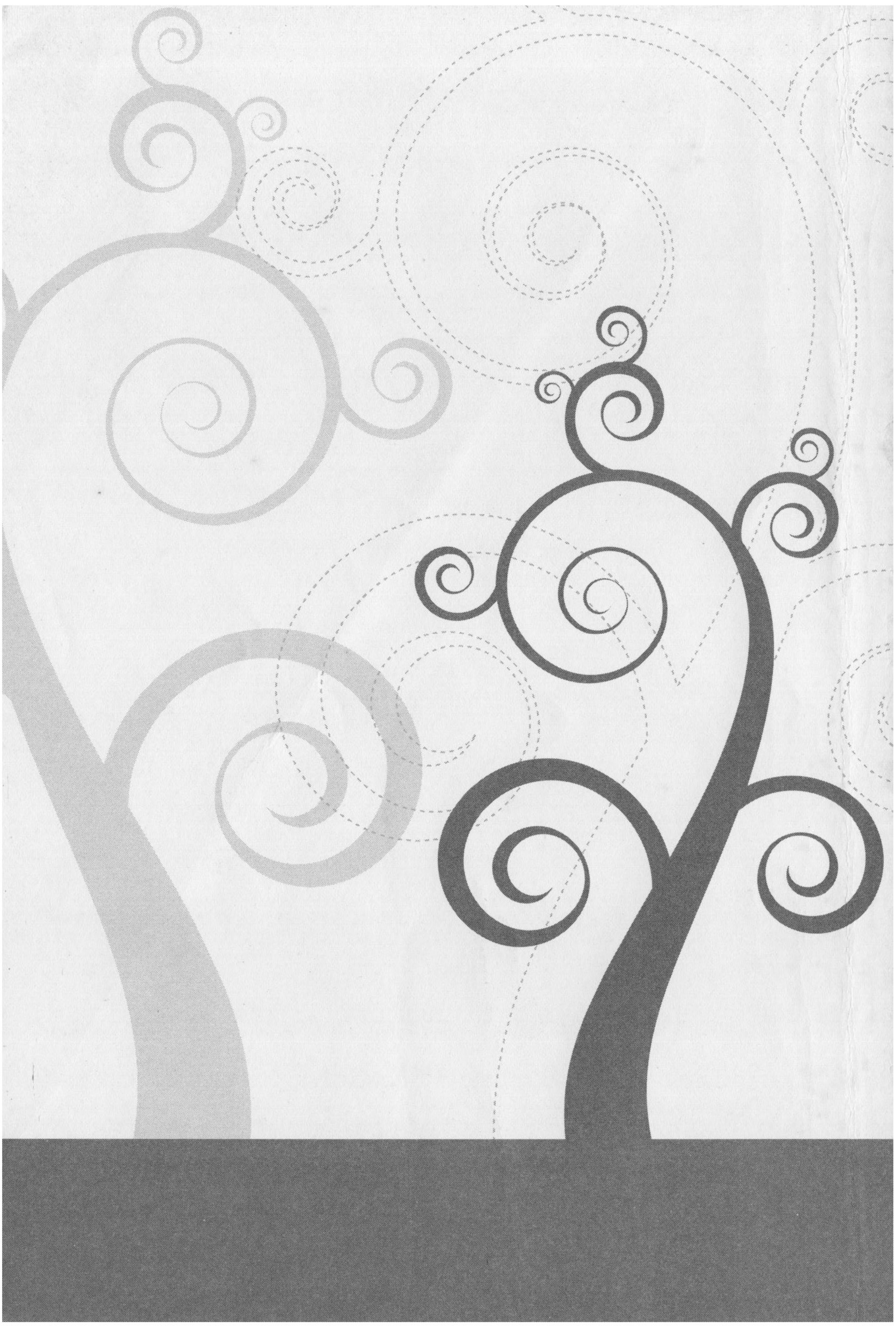
วศิน อินทสระ

(วศิน อินทสระ)

ป.ล. ได้ตอบจดหมายมาครั้งหนึ่งแล้ว แต่ปรากฏว่าทางบริษัทไม่ได้รับ จึงตอบมาใหม่เป็นครั้งที่ 2

วศ.

สารบัญ



บทนำ

ความปรารถนาของมนุษย์แม้จะมีมากมายหลายอย่างก็จริงแต่ไม่พ้นไปจากจุดหมายปลายทาง คือ ต้องการพบความสุขและอยู่กับความสุขให้นานที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ อีกประการหนึ่งคือต้องการหลีกเลี่ยงความทุกข์ให้มากที่สุดเท่าที่จะมากได้ เป็นความต้องการฝ่ายลบ ส่วนความต้องการความสุขเป็นฝ่ายบวก

แต่สุขทุกข์ไม่ได้เกิดขึ้นเอง มันมีเหตุปัจจัยให้เกิด ฝ่ายทุกข์พระพุทธเจ้าทรงเรียกว่า *ทุกขสมุทัย* เป็นอริยสัจข้อที่ ๒ คือเหตุให้เกิดทุกข์ ทรงชี้ไปที่ตัณหาหรือกิเลสว่าเป็นส่าเชื้อของทุกข์ อีกนัยหนึ่ง เหตุแห่งทุกข์คือบาป มนุษย์สร้างเวรกรรมทำบาปมากเท่าใด ทุกข์ก็ติดตามมากเท่านั้น เพราะได้หว่านเมล็ดพืชแห่งทุกข์ไว้แล้ว รอแต่จะผลิตดอกออกผลเท่านั้น มนุษย์เราเมื่อหว่านเมล็ดพืชแห่งชีวิต คือ กายกรรม วจี

กรรม และมโนกรรม มักไม่ค่อยระวังสักแต่ว่าหว่านลงไปๆ แต่พอผลิดอกออกผลเป็นความทุกข์จึงร้องครวญครางอย่างเจ็บปวดว่า ไม่น่าเลยรู้อย่างนี้ไม่ทำดีกว่า

ด้วยเหตุนี้ พระพุทธองค์จึงตรัสว่า

"ความชั่ว ไม่ทำเสียเลยดีกว่า เพราะมันตามแผดเผาภายหลังได้" และว่า

"ถ้าท่านทั้งหลายกลัวต่อทุกข์ ถ้าความทุกข์ไม่เป็นที่รักของท่านทั้งหลายแล้ว ท่านอย่าทำบาปทั้งในที่แจ้งและที่ลับ ถ้าท่านทั้งหลายจักทำบาปหรือว่าจะทำ ก็จะไม่พ้นจากความทุกข์ไม่ว่าจะหนีไปที่ใดก็ตาม" (๒๕/๑๑๕/๑๕๐)

ต้นเหตุที่ทำให้พระองค์ตรัสเรื่องนี้ มีโดยย่อว่า เช้าวันหนึ่ง พระศาสดาเสด็จออกจากวัดเชตวันเข้าเมืองสาวัตถีเพื่อบิณฑบาต ทอดพระเนตรเห็นเด็กจำนวนมากกำลังจับปลาเบียดเบียนปลาอยู่ จึงเสด็จเข้าไปหาและตรัสว่า "พวกเธอกลัวต่อความทุกข์ ความทุกข์ไม่เป็นที่รักของพวกเธอหรือไม่" พวกเด็กกราบทูลว่า "ไม่ชอบความทุกข์เลย"

พระศาสดาจึงตรัสข้อความดังกล่าวแล้ว

พิจารณาดูสังคมของเราตลอดถึงสังคมโลก ร้องระงมด้วยความกลัวทุกข์ ทั้งที่มาถึงแล้วและคิดว่าจะมีมาในภายหน้า แต่สังคมของเราไม่ค่อยกลัวบาปเป็นต้นตอของทุกข์ เหมือนคนกลัว แก่ เจ็บ ตาย แต่ชอบความเกิดซึ่งเป็นต้นทาง และเป็นเหตุตรงแห่งทุกข์ทั้ง ๓ ประการนั้น เราชื่นชมโสมนัสต่อความเกิดหรือผู้เกิด โดยมิได้เฉลียวใจสักนิดว่า นั่นคือการชื่นชมต่อทุกข์ซึ่งดักรออยู่ข้างหน้า

ความฟุ้มเฟือยเป็นบาปอย่างหนึ่งของสังคม ถ้าสังคมยังฟุ้มเฟือย สุรุ่ยสุร่าย เพลิดเพลินสนุกสนาน และหาความสุขบนความทุกข์ยากแร้นแค้นของผู้อื่นอยู่ สังคมย่อมไม่สามารถประสบสันติสุขที่แท้จริง จะมีบ้างก็แต่ความสุขอันฉาบฉวย จอมปลอมพร้อมที่จะมอบทุกข์ให้เป็นผลตอบแทนเหมือนคนกินขนมเจือยาพิษดังพระพุทธพจน์ที่ว่า

“ผู้ใดแสวงหาสุขเพื่อตนด้วยการนำทุกข์ให้ผู้อื่น ผู้นั้นระคนด้วยเวร ย่อมไม่พ้นจากเวร” (๒๕/๓๑/๕๓)

คนไทยชอบพูดว่า “เวรกรรม” “เวรกรรมแท้ๆ” เวลาประสบเคราะห์ร้าย พจนานุกรมไทยให้ความหมายคำว่า “เวร” ว่า ความพยาบาทกัน, ปองร้ายกัน, บาป นี่คือความหมายทางธรรม ส่วนความหมายธรรมดา คือการผลัดเปลี่ยนกันทำงาน เช่น อยู่เวรเข้า - ออกเวรเป็นต้น

๑๐

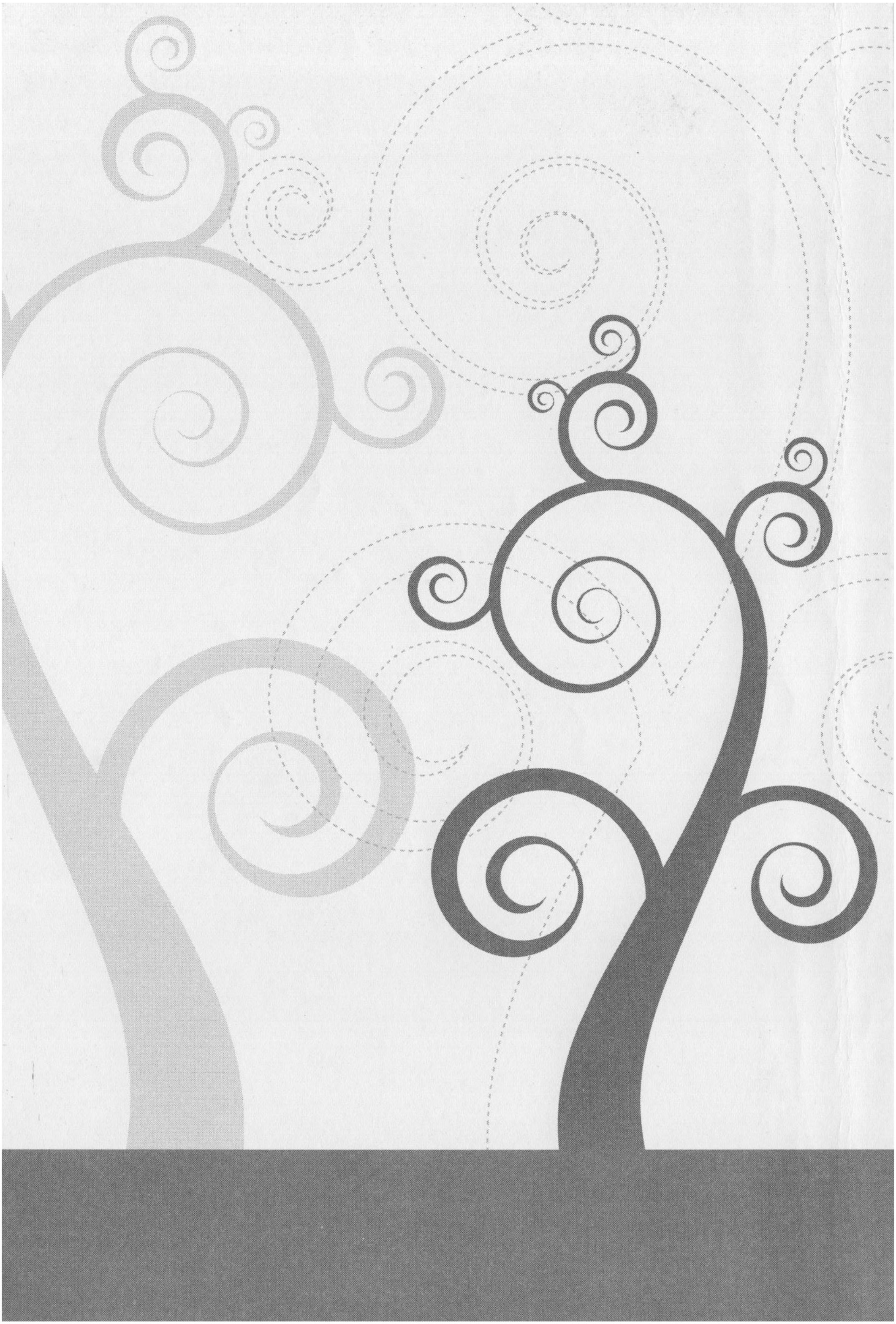
โดยนัยนี้ น่าจะต้องมี "กรรม" คือการกระทำก่อน แล้วจึงมี "เวร" คือทำกรรมอันเป็นบาป หรือเป็นเหตุให้พยาบาทปองร้ายกัน เรามองเห็นคนในสังคมปองร้ายกันมากมาย อันสืบเนื่องมาจากกรรมที่เป็นบาป เพราะความโลภบ้าง โกรธบ้าง หลงบ้าง เป็นรากเหง้าอยู่ ถ้าไม่มีกรรมอันเป็นบาป ก็ไม่มีเวร หรืออาจพ้นจากเวรไปทีเดียว ดังสุภาษิตที่ว่า "ให้ทุกข์แก่ท่าน ทุกข์นั้นถึงตัว" (ทุกฺขโต ทุกฺขฐานํ) ในทางกลับกัน "ให้สุขแก่ท่าน สุขนั้นถึงตัว" (สุขโต สุขาฐานํ)

ไม่ว่าจะมองในแง่จิตวิทยา หรือในมุมมองของศาสดาทุกศาสนา สิ่งใดออกจากผู้ใด สิ่งนั้นย่อมกลับเข้าหาผู้นั้น ผู้คิดร้ายพูดร้าย ทำร้าย ย่อมได้ผลร้าย ผู้คิดดี ทำดี พูดดี ย่อมได้รับผลดี เหมือนลำต้น ดอก และใบของต้นไม้ย่อมแสดงถึงเมล็ดพันธุ์ของมัน อย่าได้สงสัยเลย

๑๑

วศิน อินทสระ

แหล่งเกิดแห่ง
ความสุข



แหล่งเกิดหรือบ่อเกิดแห่งความสุข หรือสุขสมุทัย ตามนัยที่พระพุทธเจ้าได้ทรงแสดงไว้ ปรากฏในพระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๒๕ ข้อ ๒๐๐ หน้า ๒๔๐ มีใจความสำคัญซึ่งพระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสแก่พุทธบริษัทว่า

"ท่านทั้งหลายอย่ากลัวบุญเลย เพราะคำว่าบุญนี้ เป็นชื่อของความสุข ซึ่งเป็นสิ่งที่น่าปรารถนา น่าใคร่ น่ารัก น่าพอใจ เราได้รู้จักวิบากของบุญที่ทำแล้วว่ามีผลอันน่าชื่นใจ

"ตัวอย่างเช่น เราเจริญเมตตาจิตอยู่ ๗ ปี ไม่ได้กลับมาสู่โลกนี้อีกตลอด ๗ สังวัฏฏกัปป์ (กัปป์เสื่อม) ตลอดเวลาที่กัปป์เสื่อมอยู่นั้น เราเป็นอาภัสสรพรหม เข้าถึงพรหมโลก เมื่อกัปป์เจริญขึ้น (วิวัฏฏกัปป์) เราเข้าถึงพรหมวิมานที่ว่างเปล่า เราเป็นพรหม เป็นมหาพรหม เป็นผู้

ครอบงำสิ่งทั้งปวง ไม่มีสิ่งใดครอบงำเราได้เราเป็นผู้เห็นอดีต อนาคต และปัจจุบันได้อย่างแจ่มแจ้งชัดเจนสามารถทำจิตให้เป็นไปในอำนาจได้ (คือประสงค์จะคิดสิ่งใดก็คิดได้ไม่ประสงค์ก็ไม่คิดได้) เราเป็นท้าวสักกะจอมเทพ ๓๖ ครั้ง เป็นพระเจ้าจักรพรรดิธรรมมิกราชหลายร้อยครั้ง สมบูรณ์ด้วยทรัพย์สมบัติมากมาย ไม่ต้องกล่าวถึงการเป็นพระราชาประเทศเล็กประเทศน้อย

"ครั้งนั้น เรามาหวนคิดว่า **นี้เป็นผลของกรรมอะไร ที่ทำให้เรามีฤทธิ์มาก มีอานุภาพมากถึงปานนี้ เราได้ประจักษ์ชัดว่าเป็นผลของกรรม ๓ อย่าง คือ ทาน ทมะ (การฝึกตน)[๑] และสัญญมะ (การสำรวมตน)[๒]**"

พระศาสดาตรัสต่อไปว่า

"บุคคลพึงศึกษาเรื่องบุญอันมีผลไพบูลย์ยิ่งใหญ่ มีสุขเป็นกำไร พึงให้ทาน พึงประพฤติสุจริต (สมจริยา) พึงเจริญเมตตาจิตทั้ง ๓ อย่างนี้เป็นสุขสมุทัย คือ แหล่งเกิดแห่งความสุข ด้วยประการดังกล่าวมานี้ บัณฑิตย่อมเข้าถึงโลกอันเป็นสุข ไม่มีการเบียดเบียน"

---

[๑] ฝึกตน คือ ฝึกอินทรีย์ ๖ มีตาเป็นต้น และข่มกิเลส มีราคะเป็นต้น

[๒] สำรวมกาย วาจา นัยอรรถกถาแห่งพระสูตรนี้

ตามพระพุทธจริยาและพระพุทธพจน์นี้จะได้หลักธรรมหลายข้ออันเป็นแหล่งเกิดแห่งความสุข คือ

๑. ทาน (การให้)

๒. ทมะ (การฝึกตน)

๓. สัญญมะ (การสำรวมตน)

๔. สมจริยา (การประพฤติสุจริต)

๕. เมตตา (ความปรารถนาให้ผู้อื่นเป็นสุข)



๑

การให้
(ทาน)

ทาน ตามตัวอักษรแปลว่า การให้ – ให้สิ่งที่ควรให้แก่คนที่ควรให้ และไม่ให้สิ่งที่ไม่ควรให้แก่บุคคลที่ไม่ควรให้

เมื่อนางวิสาขาจะแต่งงานไปอยู่ตระกูลของสามี บิดาของนางได้ให้โอวาทหลายข้อ หลายเรื่อง มีเรื่องนี้อยู่ด้วย คือ

ก. ให้ให้แก่คนที่ให้ อธิบายว่า ใครมากู้หนี้ยืมสินแล้วให้คืนก็จงให้แก่ผู้เช่นนั้น

ข. อย่าให้แก่บุคคลที่ทั้งให้และไม่ให้ หมายความว่า ถ้าเป็นญาติพี่น้องเดือนร้อนมาขอยืม เขาจะให้คืน หรือไม่ให้คืน ก็จงให้ไปเถิด เป็นการสงเคราะห์ญาติ ซึ่งเป็นมงคลข้อหนึ่งใน ๓๘ ข้อ

การให้แก่คนยากจนเพื่อการอนุเคราะห์ให้เขาได้ประกอบอาชีพ

ได้สะดวกขึ้น หรือเพื่อให้เขาช่วยตัวเองได้ก็เป็นการสมควร เวลานี้[๑] รัฐบาลโดยกระทรวงการคลัง และท่านนายกรัฐมนตรี พ.ต.ท.ทักษิณ ชินวัตร ได้ดำเนินการตั้งธนาคารประชาชน ออกเงินให้คนยากจนกู้คิดดอกเบี้ยร้อยละ ๑ บาทต่อเดือน ซึ่งคนยากจนผู้ประกอบอาชีพค้าขายเล็กน้อยๆ ไม่มีทน ต้องกู้เขาเสียดอกเบี้ยร้อยละ ๒๐ บาทต่อเดือน บัดนี้ได้เงินจากธนาคารออมสินของรัฐบาลไปสร้างตัว เป็นการคืนเงินของประชาชนให้ประชาชนโดยถูกต้องชอบธรรม ดูประชาชนยิ้มแย้มแจ่ม ใสมากขึ้น นี่ก็เป็นการให้สิ่งที่ควรให้แก่คนที่ควรให้

การให้แก่พระภิกษุสามเณรผู้ปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบ เพื่อธำรงรักษาพระพุทธศาสนาไว้เป็นประโยชน์แก่ประชาชน ก็เป็นสิ่งจำเป็น สังคมไทยบำเพ็ญกรณียกิจอันนี้ในรูปของการทำบุญต่างๆ เป็นสังคมสงเคราะห์ไปในตัวด้วย

แต่ถ้าภิกษุสงฆ์ใด หมู่ใด ปฏิบัติไม่ดี ไม่ชอบ พุทธศาสนิกชนไม่ต้องให้ก็ได้ เพราะการสนับสนุนพร่ำเพรื่อไปทำให้ศาสนาเสื่อมทำให้ภิกษุบางพวกประพฤติตนหลอกลวงมากขึ้น เห็นผู้ให้เป็นคนโง่เขลา เหมือนให้กำลังแก่โจร มีแต่จะทำร้ายผู้เสริมกำลังให้พระพุทธเจ้าตรัสตำหนิภิกษุเช่นนั้นว่า ทำการบวชให้เป็นอันตรายน่าหวาดเสียว เหมือนดาบ เหมือนอาวุธที่คม

---

[๑] ๒๕ มิถุนายน ๒๕๔๔

ซ่อนไว้ในฝัก ซ้ำมีผ้าพันไว้อย่างเรียบร้อย (๑๒/๕๑๒/๔๗๙)

บางท่านพูดตำหนิภิกษุเช่นนี้ว่า เหมือนซ่อนดาบไว้ในจีวรน่ากลัวเพียงไร ทำสักการะหรือปัจจัยที่ทายกถวายด้วยศรัทธาให้มีผลน้อย เหมือนนาไม่ดีให้ผลผลิตได้น้อยแม้ชาวนาจะใช้ความพยายามหาพันธุ์ข้าวที่ดีสักปานใดก็ตาม ส่วนภิกษุผู้มีศีลมีธรรมดีย่อมทำปัจจัยและสักการะแม้เพียงเล็กน้อยที่ทายกถวายด้วยศรัทธาให้มีผลมาก มีอานิสงส์มาก เหมือนเนื้อนาดีให้ผลผลิตอันไพบูลย์แก่ชาวนาผู้ทำด้วยวิธีอันถูกต้อง

เพราะฉะนั้น ทายกทายิกาผู้ฉลาดจึงควรเลือกให้ ตามพระพุทธพจน์ที่ว่า **"บุคคลควรเลือกให้ทานในที่ๆจะมีผลมาก การเลือกให้พระสุคตทรงสรรเสริญ"** (วิเจยฺย ทานํ ทาตพฺพํ ยตฺถ ทินฺนํ มหปฺผลํ)[๑]

คราวหนึ่ง พระเจ้าปเสนทิโกศลเสด็จไปเฝ้าทูลถามพระพุทธเจ้าว่า "ควรให้ทานในที่ใด?"

พระพุทธเจ้าตรัสตอบว่า "ควรให้ในที่ๆ เลื่อมใส"

ทูลถามต่อไปว่า "ให้ทานในที่ใดจึงจะมีผลมาก?"

ตรัสตอบว่า **"ถ้าจะให้มีผลมากต้องให้แก่ท่านผู้มีศีลมีธรรม"**

---

[๑]อรรถกถาธรรมบท ภาค ๖ พุทธวรรค หน้า ๑๙๘

เรื่องทำนองนี้ เราสามารถมองเห็นได้ด้วยตนเอง คือ การทำความดีกับคนดี ย่อมจะมีผลมากกว่าการทำกับคนชั่ว ด้วยเหตุผลที่ว่า

๑) คนดีมีความกตัญญูกตเวที ย่อมระลึกถึงความดีที่ผู้อื่นทำให้แก่ตน หาโอกาสตอบแทนอยู่เสมอ ถ้าเราต้องการการตอบแทนย่อมไม่ผิดหวัง บางทีอาจได้มากกว่าที่เราหวังเสียอีก เหมือนเราปลูกต้นไม้ใหญ่และดี ย่อมให้ร่มเงา ดอก ผล อากาศดีแก่เรานานแสนนาน แม้เราปลูกเพียงครั้งเดียว

๒) เราได้ความปลื้มใจว่าได้ช่วยเหลือคนดี เมล็ดพืชที่เราหว่านลงนั้น นอกจากให้ความสุขแก่เราแล้ว ยังเป็นประโยชน์แก่คนอื่นๆอีกมาก ต่อๆ กันไปไม่สิ้นสุด

แต่การทำความดีกับคนชั่ว บางทีเสมอตัว บางทีกลับเป็นโทษเหมือนนิทานเรื่องชาวนากับงูเห่า ชาวนาช่วยมันให้ฟื้นแล้วมันกัดเอาถึงตาย ความอกตัญญูเป็นลักษณะหนึ่งของคนชั่ว

ดังนั้น พระพุทธองค์จึงตรัสว่า

"ถ้าจะให้แผ่นดินทั้งหมดแก่คนอกตัญญู ผู้เพ่งหาโทษอยู่เป็นนิตย์ ก็ไม่อาจทำให้เขาพอใจได้"[๑]

---

[๑]อรรถกถาธรรมบท ภาค ๑ หน้า ๑๓๖ อ้างข้อความในชาดก ปรารถเรื่องพระเทวทัต อกตัญญูต่อพระพุทธองค์

เพราะฉะนั้น จึงควรให้สิ่งที่ควรให้แก่คนที่ควรให้ ไม่ให้สิ่งที่ไม่ควรให้แก่บุคคลที่ไม่ควรให้ อย่างแรกเป็นการส่งเสริมคนดี อย่างหลังไม่ส่งเสริมคนชั่ว

๑.๑ ประโยชน์ของทาน

ประโยชน์ของทานมีปรากฏอยู่ในมโนรถปูรณี ภาค ๓ หน้า ๒๕๓ มีใจความว่า

"ทานเป็นเครื่องฝึกคนที่ยังไม่ได้ฝึก

(อทนฺตทมนํ ทานํ)

การไม่ให้เป็นการประทุษร้ายผู้ที่ฝึกแล้ว

(อทานํ ทนฺตทูสกํ)

ผู้ให้บันเทิงอยู่ด้วยการให้ ผู้รับอ่อนน้อมถนอมน้ำใจด้วยปิยวาจา

(ทาเนน ปิยวาจาย อุนฺนมนฺติ นมนฺติ จ)"

๑. **ทานเป็นเครื่องฝึกคนที่ยังไม่ได้ฝึก** คือ ฝึกให้เป็นคนเสียสละ ไม่เห็นแก่ตัว เป็นธรรมเครื่องให้ระลึกถึงกัน สงเคราะห์กัน เอื้ออาทรต่อกัน อยู่กันเป็นสุข

มีนิทานคติเล่าว่า นรกสวรรค์นั้นอยู่ติดกัน มีผู้พาคนไปเที่ยวดูนรกสวรรค์ซึ่งอยู่ติดกัน ที่หนึ่งคนอยู่กันอย่างอดอยากแร้นแค้นทั้งๆ ที่มีอาหารอยู่พร้อม แต่กินไม่ได้ เพราะช้อนและมือยาวจนเอาอาหารเข้าปากไม่ได้ จึงซูบซีด ผอมแห้ง แต่อีกหนึ่ง มีช้อนและมือยาว เอาเข้าปากตัวเองไม่ได้เหมือนกัน แต่เขาป้อนให้คนที่นั่งตรงกันข้าม ป้อนให้กันและกัน จึงอยู่เป็นสุขสมบูรณ์

คนในสังคมของเราก็เป็นเช่นนี้ ที่ใดคนเห็นแก่ตัวไม่รู้จักให้กันก็อยู่ลำบาก สังคมใดคนรู้จักสงเคราะห์เอื้อเฟื้อ รู้จักทำเพื่อผู้อื่นสังคมนั้นก็อยู่เป็นสุข

๒. การไม่ให้เป็นการประทุษร้ายท่านผู้ฝึกแล้ว หมายความว่า ท่านผู้ฝึกตนดีแล้ว เช่น พระภิกษุสามเณรผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ มารดาบิดา ครูอาจารย์ เป็นต้น ผู้มีคุณธรรมอันควรแก่การบูชาด้วยข้าวน้ำเครื่องบริโภคอันใด เราควรบูชาท่านด้วยสิ่งนั้นในส่วนอามิสบูชา เป็นการสนับสนุนท่าน เชิดชูให้ปรากฏ การไม่ให้ ไม่บำรุงเท่ากับไม่สนับสนุน ถ้าท่านเป็นอยู่ลำบากเกินไป ท่านย่อมอยู่ไม่ได้ เป็นการละเลยหน้าที่ของเราที่ควรทำ จึงชื่อว่าประทุษร้ายท่านผู้ฝึกตนแล้ว

๓. ผู้ให้บันเทิงอยู่ด้วยการให้ ผู้รับอ่อนน้อมถนอมน้ำใจด้วยปิยวาจา การให้จะมีผลมากต่อเมื่อประกอบด้วย

๑) สิ่งนั้นได้มาโดยสุจริต ชอบธรรม

๒) เจตนาดีทั้ง ๓ กาล คือ *ก่อนให้* มีใจผ่องใส เต็มใจให้ *กำลังให้* มีใจเลื่อมใส ชื่นบาน *ให้แล้ว* รู้สึกพอใจ ไม่เสียดาย ไม่ขุ่นมัว

๓) ผู้รับทานเป็นคนดี มีศีลมีธรรม ถ้ามีคุณธรรมพิเศษ เช่นพระผู้ออกจากนิโรธสมาบัติ ก็จะทำให้ทานนั้นมีผลมากขึ้น อย่างหลังนี้เรียกว่า *คุณาติเรกสัมปทาน* แปลว่า พร้อมพรั่งด้วยคุณสมบัติพิเศษ

ด้วยเหตุนี้ ผู้ให้จึงควรทำใจบันเทิงชื่นบานในการให้ ส่วนปฏิคาหกผู้รับ ควรอ่อนน้อมถนอมน้ำใจด้วยปิยวาจา คือพูดจาไพเราะ ให้กำลังใจ ให้พร รับด้วยความเคารพอ่อนน้อม ไม่ทำอาการประดุจทิ้งเสียหรือตำหนิติเตียนสิ่งที่เขาให้ จะมากหรือน้อยราคาถูกหรือแพง ไม่เห็นเป็นสำคัญ เห็นสำคัญที่น้ำใจของผู้ให้

เมื่อท่านอนาถบิณฑิกเศรษฐีจนลง ท่านได้นำของที่ราคาถูกไม่ประณีตไปถวายพระพุทธเจ้า เช่น ผักดองและข้าวป่น พร้อมด้วยกราบทูลว่า ตอนนี้จนลง ทำได้เพียงเท่านี้ พระพุทธองค์รับด้วยความเคารพเอื้อเฟื้อในทาน พร้อมตรัสว่า

"เมื่อจิตเลื่อมใสแล้ว ทานชื่อว่าเศร้าหมองย่อมไม่มี"

ในปีตวิมานวัตถุ ท้าวสักกะจอมเทพได้พูดกับเทวดาชั้นดาวดึงส์ว่า

"เมื่อจิตเลื่อมใสแล้ว ทักษิณา คือของที่ให้ ไม่ชื่อว่าน้อย" (๒๖/๔๗/๘๒)

หมายความว่า ของน้อยหรือมากไม่สำคัญ ความสำคัญอยู่ที่จิตเลื่อมใสหรือไม่เลื่อมใส และบุคคลผู้รับทักษิณาเป็นผู้มีศีลมีธรรมเพียงใด ถ้ามีคุณธรรมสูงมากก็ทำทักษิณาที่เขาให้แม้น้อยให้มีผลมาก แต่ถ้าเป็นคนทุศีลไร้ธรรม ก็จะทำไทยธรรมของเขาแม้มากให้มีผลน้อย

การให้ทำให้จิตใจของทั้ง ๒ ฝ่ายอ่อนโยนเข้าหากัน เพราะฉะนั้น การให้และการรับ ท่านจึงจัดเป็นกุศโลบายอย่างหนึ่งในการระงับความโกรธ ความอาฆาตจองเวร

ผู้ให้ย่อมมีวัตถุประสงค์หลายอย่าง เช่น

๑) บางคนให้เพราะชอบพอกัน

๒) บางคนให้เพราะโกรธ คือรำคาญ ให้เพื่อแก้รำคาญ

๓) บางคนให้เพราะความหลง คือไม่รู้เหตุผลในการให้ เห็นคนอื่นเขาให้ก็ให้ตามเขาไป

๔) บางคนให้เพราะกลัว กลัวคำติเตียนว่าตระหนี่ หรือแม้กลัวอบายภูมิ มีนรกเป็นต้น

๕) บางคนให้เพราะบรรพบุรุษเคยให้มา ให้เพื่อรักษาประเพณีของตระกูล

๖) บางคนให้เพราะอยากไปสวรรค์

๗) บางคนให้เพราะคิดว่าให้แล้วสบายใจ จิตใจผ่องใสเบิกบาน

๘) บางคนให้เพราะมุ่งหมายปรุงแต่งจิตหรือฝึกฝนจิตให้ดี

ในเหตุแห่งการให้ทั้ง ๘ ข้อนี้ ข้อ ๘ ดีที่สุด มีผลมาก มีอานิสงส์มาก[๑]

มีสุภาษิตที่น่าสนใจเกี่ยวกับเรื่องทานนี้มากมาย จะขอนำมาเสนอในที่นี้เพียงบางประการ เช่น

ทานเป็นยาให้เกิดเสน่ห์

(ทานํ สิเนหเภสชฺชํ)

ความตระหนี่เป็นยาให้คนเกลียดชัง

(มจฺเฉรํ โทสโนสธํ)

ทานเป็นยาให้ได้ยศ

(ทานํ ยสฺสสิเภสชฺชํ)

ความตระหนี่เป็นยาให้กำพร้าพวกพ้อง

(มจฺเฉรํ กปโณทธํ)

เข้าใจว่าเป็นสุภาษิตโบราณ จำแต่เนื้อความแต่ไม่ทราบแหล่งที่

---

[๑]นัย พระสุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย เล่ม ๒๓ หน้า ๒๔๐

มาของสุภาษิตนี้ เห็นว่าเป็นของดี กินใจ น่าสนใจ จึงนำเสนอเพื่อพิจารณา

คนทั่วไปแสวงหาเสน่ห์กัน เอามาท่องบ้าง เอามาทาบ้างเพื่อให้เกิดเสน่ห์มหานิยม แต่เสน่ห์ที่แท้จริง คือ การให้ การสงเคราะห์เอื้อเฟื้อด้วยน้ำใจอันงาม ในสังคหวัตถุธรรม ๔ ประการซึ่งเป็นธรรมให้เกิดเสน่ห์คล้องใจคนนั้น พระพุทธเจ้าทรงแสดง *ทาน*เป็นข้อแรก ตามมาด้วย *ปิยวา*จา การพูดดี *อัตถจริยา* การทำสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่น และ*สมานัตตตา* การวางตนเสมอต้นเสมอปลาย วางตนดี ร่วมสุขร่วมทุกข์

กุหลาบดอกน้อยเพียงดอกเดียว สองดอก ที่เราให้เขาด้วยใจรักและเมตตา วันเวลาล่วงไป แม้กุหลาบนั้นจะร่วงโรยไปแล้ว แต่มันจะไปบานอยู่ในใจของผู้รับอีกนานแสนนานหรืออาจชั่วชีวิตก็ได้การให้จึงเป็นยาเสน่ห์ที่แท้จริง

ส่วนความตระหนี่ หรือความเห็นแก่ตัว เป็นยาเหมือนกัน แต่เป็นยาให้คนเกลียดชัง จะเรียกว่าเป็นยาพิษก็ได้ เป็นฝ่ายทำลาย ทำลายตนเอง ทำลายผู้อื่น ทำให้กำพร้าพวกพ้อง ไม่มีใครอยากคบหาสมาคมกับคนตระหนี่ เห็นแก่ตัว มีสุภาษิตทางพระพุทธศาสนาอยู่บทหนึ่งว่า มนุษย์ที่เห็นแก่ตัวเป็นคนไม่สะอาด ตรงกันข้าม คนไม่เห็นแก่ตัวเป็นคนสะอาด แน่นอนทีเดียว คนส่วนมากย่อมต้องการคบคนสะอาด คนตระหนี่ เห็นแก่ตัว จึงมักกำพร้าพวกพ้อง

การให้เป็นยาให้ยศเจริญ คำว่า ยศ ในทางศาสนาท่านกล่าวไว้หลายอย่าง เช่น ความเป็นใหญ่ (อิสริยยศ) ความมีเกียรติ (เกียรติยศ) ความมีบริวารดี (บริวารยศ)

นอกจากนี้ ท่านยังกล่าวถึงทรัพย์สมบัติ (โภคะ) การได้รับความเคารพนับถือ (สัมมานะ) และเสียงสรรเสริญ (วัณณภณนะ) ว่าเป็นยศด้วยเหมือนกัน

วันหนึ่ง สีหเสนาบดีแห่งนครเวสาลี เข้าเฝ้าพระผู้มีพระภาคขอให้ทรงแสดงอานิสงส์ของทานที่พอเห็นได้ในปัจจุบัน พระผู้มีพระภาคทรงแสดงอานิสงส์ของท่านที่เห็นได้ในปัจจุบัน ๔ ประการ ส่วนอีกประการหนึ่ง เห็นได้ในสัมปรายภพ (ภพหน้า) ดังนี้

๑) ผู้ให้ย่อมเป็นที่รัก เป็นที่พอใจของคนหมู่มาก

๒) คนดีทั้งหลายย่อมพอใจคบเขา

๓) เกียรติศัพท์อันดีงามของเขาย่อมฟุ้งขจรไป

๔) เมื่อเขาเข้าไปในชุมชนใดก็ตามย่อมไม่เก้อเขิน

๕) เมื่อสิ้นชีพแล้วย่อมไปสุคติโลกสวรรค์

สีหเสนาบดี กราบทูลว่า ผลแห่งทาน ๔ ประการต้น เขาได้เห็นแล้วด้วยตนเอง ไม่ต้องเชื่อพระผู้มีพระภาค แต่ผลประการสุดท้ายที่ว่าสิ้นชีพแล้วไปสุคตินั้น เขาไม่เห็นด้วยตนเอง แต่เชื่อพระผู้มีพระภาค

เจ้า (๒๒/๓๔/๔๑)

ตามที่กล่าวมานี้ ท่านผู้อ่านพอเห็นได้ด้วยตนเองบ้างแล้วว่าทานเป็นแหล่งเกิดความสุขอย่างไร นอกจากตนเองมีความสุขที่ได้ให้แล้ว ผู้รับก็มีความสุขที่ได้รับ ได้ใช้ได้บริโภค ช่วยส่วนที่ขาดแคลนเติมส่วนที่พร่องให้เต็ม มนุษย์ที่อยู่กันในสังคมจึงควรสร้างนิสัยในการให้ซึ่งกันและกัน เพื่อการอนุเคราะห์บ้าง สงเคราะห์บ้าง บูชาคุณบ้าง

การให้แก่ผู้ขาดแคลนเพื่อการช่วยเหลือ เรียกว่าให้เพื่ออนุเคราะห์, การให้เพื่อผูกมิตรไมตรี เช่น ให้แก่เพื่อนฝูง ญาติพี่น้อง เรียกว่าให้เพื่อสงเคราะห์, การให้แก่ท่านผู้มีคุณ เช่น พระภิกษุสามเณร นักบวชในศาสนา บุพการีมีมารดาบิดา อุปัชฌายะ อาจารย์ เป็นต้น เรียกว่าให้เพื่อบูชาคุณ

๑.๗ เรื่องเกี่ยวกับทานที่ควรทำความเข้าใจให้ถูกต้อง

ทานที่ควรพูดถึงอีกอย่าง ก็คือ สังฆทาน

สังฆทาน คือการให้แก่สงฆ์ หรือส่วนรวม พระพุทธเจ้าทรงยกย่องว่ามีผลมากกว่าปาฏิบุคลิกทาน คือการให้เจาะจงบุคคล

ชาวพุทธส่วนมากยังไม่ค่อยเข้าใจความหมายที่แท้จริงของสังฆทาน คือเข้าใจไปว่าการเตรียมของใส่ถังแล้วนำไปถวายพระสงฆ์

๔ รูป กล่าวคำถวายตามแบบสังฆทาน จึงจะเป็นสังฆทาน

ความจริงแล้ว นั่นเป็นเพียงพิธีการ พิธีกรรมเท่านั้น **สังฆทานที่แท้จริงคือการถวายของแก่พระสงฆ์ หรือสามเณรรูปใดรูปหนึ่ง หรือหลายรูปก็ได้ ไม่กำหนดจำนวน โดยไม่เจาะจงเฉพาะบุคคล ว่าต้องเป็นผู้นั้นผู้นี้** เช่น ใส่บาตรตอนเช้าโดยไม่เจาะจง พระรูปใดมาก็ถวายรูปนั้น แม้เพียงรูปเดียวก็เป็นสังฆทาน

ถ้าไปที่วัดก็ไปหาเจ้าหน้าที่สงฆ์ ขอให้ท่านจัดพระให้เพื่อรับสังฆทาน เจ้าหน้าที่สงฆ์จัดรูปใดก็ถวายไปตามนั้น ทำใจให้มุ่งตรงต่อสงฆ์เป็นส่วนรวม นี่คือสังฆทาน

สังฆทานทำยากตรงที่ทำใจให้อยู่ในอุเบกขาได้ยาก ใจของเราคอยจะยินดียินร้ายต่อพระภิกษุสามเณรที่เราจะทำบุญด้วยเสียเรื่อยไป เมื่อยินดีหรือไม่ยินดีต่อผู้ที่เราชอบหรือไม่ชอบ ความเป็นสังฆทานก็เสียไป ลดลงมาเป็นปาฏิบุคลิกทาน พระพุทธเจ้าตรัสกับพระอานนท์ในทักขิณาวิภังคสูตร (๑๔/๗๑๓/๔๖๑) ว่า **"ปาฏิบุคลิกทานจะมีอานิสงส์มากกว่าสังฆทานไม่ได้เลย ไม่ว่าโดยปริยายใด ๆ"**

ทั้งนี้ เพราะการดำรงอยู่แห่งสงฆ์โดยรวมนั้นเป็นเหตุแห่งความมั่นคงของพระพุทธศาสนา หรือพระสัทธรรม พระสัทธรรมดำรงอยู่ยั่งยืนเท่าใดก็เป็นประโยชน์สุขแก่มวลมนุษย์เท่านั้น (สพฺเพสํ สหิโต โหติ

สทฺธมฺโม สุปติฏฺฐิโต) แต่การเลื่อมใสส่วนบุคคลนั้นมีทั้งคุณและโทษเจือกันอยู่

อรรถกถาทักขิณาวิภังคสูตร เล่าว่า อุบาสกคนหนึ่งนิมนต์พระจากสงฆ์ไปถวายสังฆทาน ได้พระทุศีลรูปหนึ่งไป อุบาสกทราบแล้วว่าเป็นพระทุศีล แต่ด้วยความเคารพในสงฆ์ จึงปฏิบัติต่อภิกษุรูปนั้นด้วยความเคารพนอบน้อมเสมือนปฏิบัติต่อพระพุทธเจ้าแล้วถวายทาน ตกตอนเย็น ภิกษุรูปนั้นเห็นอุบาสกเป็นคนศรัทธาเลื่อมใสเคารพนอบน้อมดี จึงกลับไปขอยืมจอบเพื่อทำความสะอาดวัด อุบาสกได้เอาเท้าเขี่ยให้ เพื่อนบ้านใกล้เคียงทั้งหลายถามเหตุผลที่ทำเช่นนั้น อุบาสกอธิบายให้ฟังว่า เมื่อเช้าปรนนิบัติพระรูปนั้นดี เพราะเคารพยำเกรงในสงฆ์ แต่ตอนเย็นพระทุศีลรูปนั้นมาในนามของตนเอง จึงไม่ต้องเคารพเพราะเขาเป็นคนทุศีล นี่คือความเข้าใจในเรื่องสังฆทานของอุบาสกผู้นับถือพุทธศาสนา

ผู้รับสังฆทานควรเป็นผู้บริสุทธิ์ หรือเป็นผู้มีศีลธรรมดี โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้รับทานที่ทายกทำอุทิศให้ผู้ตาย เพื่อได้สงเคราะห์ทั้งผู้ทายกและผู้ที่ทายกอุทิศให้

ในอรรถกถาทักขิณาวังคสูตร ท่านเล่าไว้ว่า พรานเนื้อผู้หนึ่งทำบุญอุทิศให้ผู้ตาย แต่ภิกษุผู้รับทานเป็นผู้ทุศีล ทำ ๒ ครั้งผู้ตายไม่ได้รับ พอครั้งที่ ๓ อมนุษย์ คือผู้ที่พรานเนื้อทำบุญอุทิศให้นั่นเองร้องขึ้นว่า "คนทุศีลปล้นเขา" พรานเนื้อจึงทำบุญกับภิกษุผู้มีศีลในครั้งที่

๔ อมนุษย์จึงได้รับและอนุโมทนา คือแสดงความยินดี ผู้ทุศีลคือไร้ศีล ไร้ธรรม รับปัจจัยไทยธรรมหรือของทำบุญ ถือเป็นการปล้นกันทีเดียว ท่านถือเป็นไถยบริโภค คือบริโภคอย่างผู้ขโมย ควรระวังกันให้มาก ไม่ควรเห็นเป็นทางได้แล้วรีบตะครุบเอา เพราะเป็นบาปนำตนไปสู่อบายได้ ดังข้อความที่ว่า

"การบวชที่ย่อหย่อน มีแต่จะเกลี่ยโทษลงสู่ตนและศาสนาความชั่วไม่ทำเสียเลยดีกว่า เพราะตามแผดเผาในภายหลังได้ ความดีทำไว้ดีกว่า เพราะทำแล้วไม่เดือดร้อนภายหลัง

หญ้าคมบาง เช่นหญ้าคาที่จับไม่ดี ดึงมา มันอาจบาดมือได้ฉันใด ความเป็นสมณะที่เข้าไปเกี่ยวข้องไม่ดีก็ฉันนั้น (สามารถดึงลงนรกได้) สามอย่างต่อไปนี้ ไม่มีผลมากคือ

๑) การงานที่ย่อหย่อน

๒) ข้อวัตรปฏิบัติที่เศร้าหมอง

๓) การประพฤติพรหมจรรย์ที่รู้สึกกินแหนงตนเอง"

(ตายนสูตร ๑๕/๒๓๙/๖๗)

เป็นคำของตายนเทพบุตรผู้เคยเป็นเจ้าลัทธิมาก่อน (ปุราณติตฺถกโร) มากราบทูลพระผู้มีพระภาค เมื่อราตรีล่วงไปแล้ว พระศาสดาตรัสเล่าให้ภิกษุทั้งหลายฟัง และตรัสให้ทรงจำท่องบ่นคาถาเหล่านี้ เพราะเป็นประโยชน์ เป็นเบื้องต้นของพรหมจรรย์

ในอรรถกถาทักขิณาวิภังคสูตร (มัชฌิมนิกาย อุปริปัณณาสก์) ท่านยกตัวอย่างอานิสงส์ของสังฆทานไว้มาก เช่น ให้แก่พระโสดาบัน แต่เป็นปาฏิบุคลิกทาน อานิสงส์น้อยกว่าให้แก่พระปุถุชน แต่เป็นสังฆทาน.....ให้แก่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นปฏิบุคลิกทาน อานิสงส์น้อยกว่าให้แก่ปัจเจกพุทธเจ้าเป็นสังฆทาน

ถามว่า เพราะเหตุไร? คำตอบจะไปเข้าสูตรที่ว่า "ดูก่อนอานนท์ ปาฏิบุคลิกทานจะมีอานิสงส์มากกว่าสังฆทานไม่ได้เลยไม่ว่าโดยปริยายใดๆ"

รวมความว่า ถ้าจะทำเป็นปาฏิบุคลิกทาน (ให้เจาะจง) ท่านสอนให้เลือกแล้วให้ แต่ถ้าให้เป็นสังฆทาน ไม่ต้องเลือกบุคคลหรือสงฆ์ ให้ทำใจให้มุ่งตรงต่อพระอริยสงฆ์ ผู้รับทานนั้นเป็นเพียงตัวแทนของสงฆ์

อีกเรื่องหนึ่งที่น่าสนใจ คือ คนส่วนมากมุ่งแต่จะให้ทานแก่ผู้มีศีลมีธรรม แต่ไม่ค่อยปรับปรุงตัวเองให้มีศีลมีธรรม ต้องการแต่จะพึ่งบุญของท่านผู้มีศีลมีธรรม ข้อนี้ไม่ผิด เพราะพระพุทธพจน์มีว่า "การให้แก่ท่านผู้มีศีลย่อมมีผลมาก การให้แก่ผู้ทุศีลหามีผลเช่นนั้นไม่" แต่ที่ดีกว่านั้นก็คือ อบรมตนให้เป็นผู้มีศีลมีธรรมเสียเอง ทานของผู้เช่นนั้นย่อมมีผลมาก พระพุทธพจน์มีว่า "ทานของผู้มีศีลย่อมมีผลมาก" ยิ่งมีคุณธรรมสูงมากเท่าใด ทานของผู้นั้นก็ย่อมมีผลมากเท่านั้น

ท่านยกตัวอย่างโดยตั้งคำถามว่า ทานที่พระสารีบุตรถวายแก่พระพุทธเจ้า กับทานที่พระพุทธเจ้าถวายแก่พระสารีบุตร อย่างไหนมีผลมากกว่า? ท่านตอบว่า ทานที่พระพุทธเจ้าถวายแก่พระสารีบุตรมีผลมากกว่า เพราะเหตุใด? เพราะพระพุทธเจ้ามีคุณธรรมสูงกว่าพระสารีบุตร นี่คือตัวอย่างที่แสดงให้เห็นว่า ผู้มีคุณธรรมสูงให้ทานใดทานนั้นมีผลมาก

ถ้าผู้ให้มีศีลธรรมดี ผู้รับก็มีศีลธรรมดี ทานย่อมมีผลมาก แต่ถ้าผู้ให้ไม่มีศีลธรรม ผู้รับมีศีลธรรมดี กับผู้ให้มีศีลธรรมดี ผู้รับเป็นผู้มีศีลธรรมไม่ดี อย่างไหนมีผลมากกว่า ในกรณีที่เป็นปาฏิบุคลิกทานเหมือนกัน ตอบว่า ผู้ให้มีศีลธรรมดีได้ผลมากกว่า[๑]

ยกตัวอย่างว่า เหมือนชาวนาผู้ฉลาด แม้จะปลูกข้าวในนาที่ไม่ค่อยดี แต่มีวิธีจัดการดี พันธุ์ข้าวดี ย่อมได้ข้าวดีกว่านาของบางคนที่แม้ได้นาดี แต่จัดการไม่ดี ฉันใด ผู้มีศีล แม้ให้ทานในผู้ทุศีล ย่อมมีผลมากฉันนั้น (เอวํ สีลวาทุสฺสีลสฺส ทตฺวาปิ ผลํ มหนฺตํ อธิคจฺฉติ)[๒]

โดยนัยนี้ จะเห็นว่า การทำตนให้ดี การอบรมตนให้มีศีลธรรมหรือมีคุณธรรมสูงนั้น สำคัญกว่าการให้ทานในผู้มีศีลเสียอีก เพราะ

---

[๑]อรรถกถาทักขิณาวิภังคสูตร - ปปัญจสูทนี

[๑]ปปัญจสูทนี ภาค ๓ หน้า ๒๓๓ ข้อ ๓๘๑, มหาจุฬา

โดยหลักแห่งพุทธศาสนา ศีลมีผลมากกว่า สูงกว่าทานอยู่แล้ว แต่เราต้องมีเอง ไม่ใช่เกณฑ์หรือเพียงแต่เรียกร้องสนับสนุนให้ผู้อื่นมีเพื่อขอแบ่งบุญจากเขาถ่ายเดียว

พึงพิจารณาดูพระพุทธพจน์ซึ่งพระพุทธองค์ตรัสกับกูฏทันตพราหมณ์ ในทีฆนิกายสีลขันธวรรค ดังนี้

การบำเพ็ญคุณงามความดี ซึ่งใช้ทรัพย์น้อย มีการตระเตรียมน้อย แต่ได้ผลมากโดยลำดับ คือ

๑) การให้ทานเป็นนิตย์ อุทิศท่านผู้มีศีล

๒) การสร้างที่อยู่อาศัยอุทิศสงฆ์ซึ่งจรมาจาก ๔ ทิศ

๓) ไตรสรณคมน์ คือ การถึงพระพุทธเจ้า พระธรรม และพระสงฆ์ ว่าเป็นที่พึ่งหรือแสงสว่างนำทางชีวิต

๔) การรักษาศีล ๕ ให้บริสุทธิ์บริบูรณ์

๕) การออกบวชด้วยศรัทธา สมบูรณ์ด้วยศีลของบรรพชิต

(๙/ข้อ ๑๙๙-๒๓๘)

ในเวลามสูตร (๒๓/๒๒๔/๔๐๕) พระพุทธองค์ทรงแสดงธรรมแก่อนาถบิณฑิกเศรษฐีถึงอานิสงส์ของทานและบุญ ซึ่งลงทุนน้อยแต่ได้ผลมากกว่า โดยลำดับ ดังนี้

๑) การให้มหาทานแก่โลกียมหาชนอย่างที่เวลามพราหมณ์เคยทำมา (พระองค์เองสมัยเป็นเวลามพราหมณ์) สมัยนั้นไม่ได้ใครเป็นทักขิไณยบุคคลเลย มหาทานเช่นนั้นสู้การถวายทานแก่พระโสดาบันผู้เดียวไม่ได้ ถวายแก่พระโสดาบันจำนวน ๑๐๐ สู้ถวายแก่พระสกทาคามีผู้เดียวไม่ได้............พระปัจเจกพุทธเจ้า, พระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าในทำนองเดียวกัน จนถึงทานที่ถวายสงฆ์มีพระพุทธเจ้าเป็นประมุข มีอานิสงส์มากที่สุด (เป็นสังฆทาน)

๒) การสร้างเสนาสนะถวายสงฆ์ซึ่งจรมาจาก ๔ ทิศ มีผลมากกว่าข้อ ๑

๓) การมีจิตเลื่อมใสถึงพระรัตนตรัยเป็นสรณะมีผลมากกว่าข้อ ๒

๔) การรักษาศีล ๕ ให้บริสุทธิ์บริบูรณ์มีผลมากกว่าข้อ ๓

๕) การเจริญเมตตาจิต แม้เพียงชั่วเวลาสูดดมของหอม มีผลมากกว่าข้อ ๔

๖) การเจริญอนิจจสัญญา (การพิจารณาถึงความไม่เที่ยงในสิ่งทั้งปวง) มีผลมากกว่าข้อ ๕

การเจริญเมตตานั้นบางแห่งว่าชั่วเวลาช้างพับหู งูแลบลิ้น ไก่ปรบปีก หรือชั่วลัดนิ้วมือเดียว ก็มีอานิสงส์มากแล้ว ไม่ต้องพูดถึงว่าทำมาก

ท่านผู้อ่านลองพิเคราะห์ดูว่า เหตุไรพระพุทธองค์ทรง

แสดงว่า การเจริญเมตตาชั่วระยะเวลาเล็กน้อย และการเจริญอนิจจสัญญา พิจารณาสิ่งทั้งหลายโดยความเป็นของไม่เที่ยง จึงมีผลมีอานิสงส์มากกว่าการถวายมหาทานอันโอฬารแม้มีพระพุทธเจ้าเป็นประมุข มากกว่าการถึงพระรัตนตรัย และการรักษาศีล ๕

เหตุผลก็คือ การเจริญเมตตาเป็นสมถภาวนา การเจริญอนิจจสัญญาเป็นวิปัสสนาภาวนา ทั้ง ๒ นี้ เมื่อทำบ่อยเข้าจนได้ฌานซึ่งมีเมตตาเป็นอารมณ์ก็จะได้อานิสงส์เป็นอันมาก เช่น อานิสงส์ของเมตตาเจโตวิมุติ ๑๑ อย่าง มีการไปเกิดในพรหมโลกเป็นที่สุด ส่วนอนิจจสัญญาอันเป็นวิปัสสนาภาวนานั้น เมื่อทำบ่อยเข้าย่อมเห็นไตรลักษณ์ชัดเจน ได้วิปัสสนาญาณ สามารถละกิเลสเข้าสู่อริยภูมิได้ ดีกว่าวนเวียนอยู่ในสังสารวัฏอันไม่มีที่สิ้นสุดมีความทุกข์ยืดเยื้อเรื้อรัง มีคติไม่แน่นอน สูงๆ ต่ำๆ อยู่ในสุคติภูมิบ้าง ทุคติภูมิบ้าง

มีพระพุทธพจน์บางแห่งแสดงว่า การให้ข้าวน้ำเป็นการให้กำลัง ให้ผ้าเท่ากับให้ผิวพรรณ ให้ยานพาหนะเท่ากับให้ความสุข ให้ประทีปเท่ากับให้จักษุ ให้ที่อยู่อาศัยเท่ากับให้ทุกอย่าง ผู้ใดสอนธรรมผู้นั้นชื่อว่าให้สิ่งไม่ตาย (อมตะ) (อมตนฺท โท จ โส โหติ โยธมฺมมนุสาสติ) (๑๕/๑๓๘/๔๔)

ด้วยเหตุนี้กระมัง ชาวพุทธจึงนิยมสร้างเสนาสนทานกันมาก

เนื่องด้วยการชักชวนของพระสงฆ์ด้วยเหมือนกัน ในพระสูตรทั้งหลายก็ได้สรรเสริญเสนาสนทานไว้มาก แต่ถึงกระนั้นก็ยังมีสิ่งที่ทำได้ง่ายกว่าและมีผลมีอานิสงส์มากกว่าดังกล่าวแล้ว

ตามเรื่องที่กล่าวมานี้ จะเห็นทัศนคติทางพระพุทธศาสนาเกี่ยวกับการบำเพ็ญคุณงามความดีว่า มุ่งเอาการพัฒนาตนให้ดีเป็นสำคัญกว่าอย่างอื่น ธรรมต่างๆ กิจกรรมต่างๆ มีไว้เพื่อเป็นอุปการะหรืออุปกรณ์ในการพัฒนาตนเท่านั้น

การให้ที่อยู่อาศัยชื่อว่าให้ทุกอย่างนั้น พระอรรถกถาจารย์อธิบายว่า เมื่อออกไปภายนอก ถูกแดด ถูกลม ทำให้ร่างกายอ่อนเพลีย พอเข้ามาอยู่ในเสนาสนะที่ดี ทำให้มีกำลังขึ้น ชื่อว่าให้กำลัง

อยู่ภายนอกที่อยู่อาศัย ถ้าถูกแดดถูกลมจัด จักษุย่อมพร่ามองไม่ชัด เมื่ออยู่ในเสนาสนะอันแสงสว่างพอดี ทำให้จักษุแจ่มใสการให้ที่อยู่จึงเท่ากับการให้จักษุ

บุคคลย่อมมีความสุขสบายเมื่อได้อยู่ในเสนาสนะอันเป็น สัปปายะ คือเหมาะสมแก่ความต้องการของร่างกาย การให้ที่อยู่จึงเท่ากับให้ความสุข

เพราะฉะนั้นท่านจึงกล่าวว่า การให้ที่อยู่อาศัยเท่ากับการให้ทุกอย่าง คือ กำลัง ผิวพรรณ จักษุ และความสุข

แต่สิ่งเหล่านี้ยังเป็นไปในวัฏฏะ ยังต้องเวียนว่ายตายเกิดต้อง

ทุกข์บ่อยๆ มีความเกิดเป็นต้นทาง ความตายเป็นปลายทางระหว่างนั้นก็มีความทุกข์โทมนัส เศร้าโศก เสียใจ พิไรรำพัน คับแค้นใจ ฯลฯ เหลือที่จะพรรณนาได้ ต้องได้ธรรม คือนิพพานธรรม จึงไม่ต้องตายอีก เพราะไม่ต้องเกิดอีก ผู้ให้ธรรมจึงชื่อว่าให้อมตะ คือสิ่งไม่ตาย ผู้มีปัญญามากอย่างเช่นพระสารีบุตร ได้ฟังธรรมจากพระอัสสชิจึงสามารถบรรลุธรรมได้ ไม่สามารถบรรลุได้โดยลำพังตนเอง ปัจเจกภูมิแลพัทธภูมิเท่านั้นจึงสามารถบรรลุธรรมด้วยตนเองได้ ชาวพุทธจึงควรหมั่นศึกษาธรรมและปฏิบัติธรรมเนืองๆ

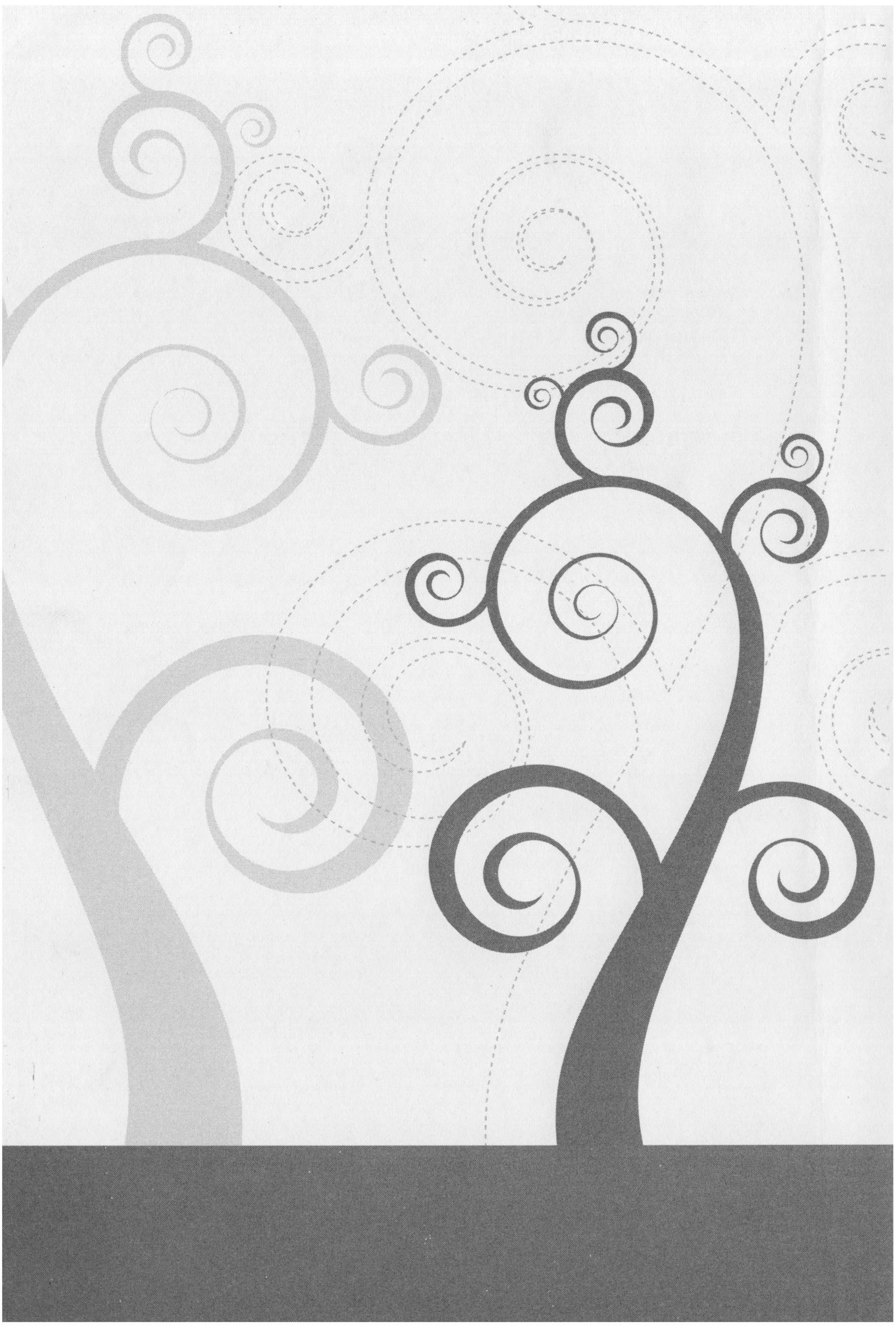
เกี่ยวกับเรื่องสังฆทาน วิธีทำและอานิสงส์แห่งทานตามที่กล่าวมาโดยย่อนี้ เห็นว่าพอสมควรที่จะปฏิบัติให้ถูกต้องเกี่ยวกับเรื่องทานแล้ว จะได้เลื่อนไปพูดเรื่องอื่นบ้าง

ความหมายแห่งสังฆทานนั้น ในพระบาลีชั้นพุทธพจน์โดยมากเท่าที่พบ ท่านไม่ใช้คำว่า “สังฆทาน” โดยตรง แต่ท่านจะใช้คำว่า “สังฆ คตา ทักขิณา” แปลตามตัวว่า “ทักษิณาที่ไปแล้วในสงฆ์” หมายถึง ของที่นำพามาทำบุญอุทิศสงฆ์ ไม่เจาะจงบุคคล ในทักขิณาวิภังคสูตร ซึ่งผู้เขียนอ้างถึงบ่อยๆ ก็ใช้คำนี้เหมือนกัน

ทานเป็นของดี เป็นแหล่งเกิดแห่งความสุขอย่างหนึ่งทั้งผู้ให้และผู้รับ แต่ขอให้พุทธบริษัทเราทำทานให้เป็น คือ อย่าให้จนฟุ่มเฟือย กลายเป็นการทำลายเศรษฐกิจของชาติในนามของการทำบุญ ให้ถือหลักความพอดี เพราะความพอดีนั้นดีเสมอ

(มตฺตญฺญูตา สทา สาธุ)

ขอให้ระลึกถึงความจำเป็นของผู้รับ และความสมควรแก่ผู้รับมากกว่าผลที่เราผู้ให้จะได้รับเอง ถ้าทำในลักษณะนี้ จะเกิดความพอดีขึ้นในการทำบุญให้ทานทุกอย่าง ผลดีย่อมตกแก่ทุกฝ่าย



๒

การฝึกตน
(ทมะ)

การฝึกตนเป็นบ่อเกิดแห่งความสุขอย่างหนึ่ง ทำให้ได้ที่พึ่งซึ่งได้โดยยากอันสืบเนื่องมาจากการสามารถเอาชนะตนเองได้ ดังพระพุทธพจน์ที่ว่า

"การชนะตนนั่นแลประเสริฐกว่าการชนะผู้อื่น การชนะผู้อื่นจะประเสริฐอะไรเล่า สำหรับบุคคลผู้ฝึกตนแล้ว สำรวมอยู่เป็นนิตย์ เทพหรือคนธรรพ์ มาร พรหม ก็ทำบุคคลเช่นนั้นให้แพ้ไม่ได้" (๒๕/๑๘/๒๙)

อรรถกถาธรรมบทเล่าว่า พราหมณ์คนหนึ่งไปสนทนากับพระพุทธเจ้า พระพุทธองค์ตรัสถามว่า "ทำอะไรเลี้ยงชีพ?" เขาทูลตอบว่า "เล่นการพนัน" ตรัสถามต่อไปว่า "แพ้หรือชนะ?" เขาทูลตอบว่า "แพ้บ้างชนะบ้าง" จึงตรัสสอนว่า "การแพ้หรือชนะการพนันเป็นเรื่องเล็กน้อย แม้ชนะก็ไม่ประเสริฐ แต่ผู้ใดชนะตนเองได้ด้วยการชนะกิเลส

การชนะของผู้นั้นเป็นการชนะที่ประเสริฐ ใครๆ ก็ทำให้เขาแพ้อีกไม่ได้”[๑]

อีกตอนหนึ่ง พระพุทธองค์ตรัสว่า “ผู้ใดชนะมนุษย์ในสงครามเป็นจำนวนล้าน (สหสฺสสํ สหสฺเสน = พัน x พัน) ไม่ประเสริฐเหมือนชนะตนผู้เดียว ผู้ชนะตนได้ชื่อว่าเป็นยอดนักรบในสงคราม (สงฺคาม-ชุตฺตโม) (๒๕/๑๘/๒๘)

การฝึกตน ก็คือ ฝึกกาย วาจา ใจ ให้อยู่ในศีลในธรรม หรือ ฝึกตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ให้อยู่ในอำนาจของตน เพื่อใช้ประโยชน์ได้ตามต้องการ เหมือนเราฝึกช้าง ม้า วัว ควาย ไว้ใช้งาน ถ้าฝึกมันไม่ได้ก็ใช้งานมันไม่ได้ เลี้ยงมันเปลืองอาหาร เปลืองสถานที่ เสียเวลา แต่ใช้อะไรมันไม่ได้เลย เรากลับต้องรับใช้ปรนเปรอมันข้างเดียว ลองคิดดูเถิดว่าจะเสียประโยชน์เพียงไร มีพระพุทธศาสนสุภาษิตบทหนึ่งว่า

“อินฺทฺริยานิ มนุสฺสานํ หิตาย อหิตาย จ

อรกฺขิตานิ อหิตาย รกฺขิตานิ หิตาย จ”

แปลว่า

“อินทรีย์ (มีตา หู เป็นต้น) ของมนุษย์ มีประโยชน์ด้วย ไม่มีประโยชน์ด้วย

---

[๑]อรรถกถาธรรมบท ภาค ๔ สหัสสวรรค

ที่ไม่รักษาให้ดี ไม่มีประโยชน์, ที่รักษาดี มีประโยชน์"

เพราะฉะนั้น เพื่อให้อินทรีย์มีประโยชน์ เราจึงต้องรักษาคุ้มครอง ฝึกฝนอินทรีย์คือ ตา หู เป็นต้น โดยประการที่อกุศลบาปธรรมจะไม่รั่วไหลเข้าไป บาปอกุศลเมื่อจะเข้าสู่จิตก็เข้าทางตาหูเป็นต้นนี้เอง บุญกุศลก็เหมือนกัน เข้าทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ นี่แหละ

การตามใจตัวเอง อาจเห็นเป็นทางสบายในเบื้องต้น แต่จะเป็นผลร้ายในบั้นปลาย เข้าทำนอง "ทางเตียนเวียนลงนรก ทางรกวกขึ้นสวรรค์" นั่นหมายความว่า ทางสบาย โดยมากนำไปสู่ความลำบาก ส่วนทางลำบากนำไปสู่ความสบาย ขอให้อดใจ อดทน "อดเปรี้ยวไว้กินหวาน" และ "กินได้นานเมื่อบำรุงดูแลไว้ดี และกินแต่พอประมาณ"

การฝึกตนเป็นสิ่งที่เราต้องใช้ในกิจทั้งปวง ไม่ว่าจะเป็นการศึกษาเล่าเรียน การทำงานทางโลก หรือการขวนขวายในทางธรรมไม่ว่าผู้นั้นจะเป็นบรรพชิตหรือคฤหัสถ์ ต้องฝึกตนทั้งนั้น

สามเณรรูปหนึ่งเป็นศิษย์พระสารีบุตรออกไปบิณฑบาตรกับพระสารีบุตร ในระหว่างทางได้เห็นชาวนาไขน้ำเข้านา ช่างศรดัดลูกศร ช่างไม้ถากไม้ให้ตรง สามเณรได้ความคิดตามแนวพระพุทธพจน์ว่า "บัณฑิตทั้งหลายย่อมฝึกตน (อตฺตานํ หมยนฺติ ปณฺฑิตา)" ท่านจึงขออนุญาตพระสารีบุตรกลับวัดไปบำเพ็ญสมณธรรม ได้สำเร็จอรหัตผล

เช้านั้นเอง”[๑]

เมื่อได้บรรลุอรหัตผลแล้ว เรียกว่าได้ขึ้นถึงยอดแห่งความสุขพ้นจากทุกข์ทางใจโดยประการทั้งปวง ทั้งนี้ ย่อมมีได้ด้วยการฝึกตน หรือฝึกอินทรีย์นั่นเอง

ในที่บางแห่ง เช่น อินทรียภาวนาสูตร มัชฌิมนิกาย อุปริปัณ-ณาสก์ พระพุทธเจ้าได้ตรัสถามอุตรมาณพ ศิษย์ของพราหมณ์คนหนึ่งว่า “อาจารย์ที่เป็นพราหมณ์ของเธอมีการสอนในเรื่องการฝึกอินทรีย์และการอบรมอินทรีย์อย่างไร?

อุตรมาณพผู้เป็นศิษย์ตอบว่า “อาจารย์ของเขาได้สอนเรื่องการอบรมอินทรีย์ว่า ไม่พึงดูรูปด้วยตา ไม่พึงฟังเสียงด้วยหู ไม่พึงดมกลิ่นด้วยจมูก เป็นต้น

พระพุทธเจ้าตรัสว่า “ถ้าอบรมอินทรีย์แบบนี้ คนตาบอด หูหนวก ก็อบรมอินทรีย์ได้ดีกว่าคนที่มีหู มีตา”

อุตรมาณพไม่ทราบจะพูดแก้อย่างไร ได้แต่นั่นคอตกนิ่งอยู่

พระพุทธเจ้าตรัสว่า “ เอาเถอะ เราจะกล่าวให้ฟังถึงการอบรมอินทรีย์ในพระอริยะ คือในระเบียบของพระอริยะ หรือในพระพุทธ

---

[๑]อรรถกถาธรรมบท ภาค ๔ หน้า ๕๐๘-๕๐๗

ศาสนา" แล้วทรงแสดงการฝึกอินทรีย์ว่า ถ้าได้เห็นรูปด้วยตา ได้ฟังเสียงด้วยหู เป็นต้นไปจนถึงรู้ธัมมารมณ์ด้วยใจแล้ว ก็ต้องอบรมฝึกอินทรีย์ไม่ให้เกิดความยินดี ไม่ให้เกิดความพอใจ หรือไม่พอใจให้พิจารณาเห็นว่าทั้งความพอใจและไม่พอใจนั้นยังหยาบนัก ความพอใจเป็นสิ่งหยาบ ความไม่พอใจก็เป็นสิ่งหยาบ เพราะฉะนั้นให้ตั้งอยู่ในอุเบกขา ให้พยายามประคับประคองใจไว้ในอุเบกขา เว้นจากความยินดียินร้าย อย่างนี้เรียกว่าเป็นการอบรมอินทรีย์ เป็นการฝึกอินทรีย์ในอริยวินัย

บางคนก็พูดเหมือนกันว่าคนตาบอด หูหนวกนี่ ก็ดีไปอย่างไม่ต้องยินดียินร้าย เพราะไม่ต้องเห็นรูป ไม่ต้องได้ยินเสียง ไม่ต้องเดือนร้อนเพราะการได้เห็น เพราะการได้ยิน ทีนี้ ผมก็บอกว่าประโยชน์ที่จะได้จากการได้เห็นจากการได้ยิน ก็สูญเสียไปด้วย เช่นการได้เห็นสิ่งที่ให้เกิดความรู้เป็นประโยชน์ เห็นตัวหนังสือนี่ทำให้เกิดความรู้ ให้ได้ประโยชน์ หรือการฟังธรรม ก็ได้ประโยชน์ ได้ความรู้ พลอยเสียไปด้วย

การมีตามีหูนั่นแหละดีแล้ว แล้วเรานำมาฝึกเอา อบรมเอามันเป็นธรรมดาที่ว่า มีอะไรก็เดือดร้อนกับสิ่งนั้น มากบ้างน้อยบ้างเราก็แก้ไขเอา เข้าใจสภาพของสิ่งนั้น พยายามทำให้ดีที่สุดกับเรื่องนั้นๆดีกว่า เพราะเราจำเป็นต้องมีต้องอาศัย อย่างเรามีตาไว้เป็นประโยชน์เพื่อดูเพื่อเห็น มีหูเป็นประโยชน์ในการได้ยินได้ฟัง มีจมูกไว้ก็เป็นประโยชน์ในการดมกลิ่น มีลิ้นเป็นประโยชน์ในการลิ้มรส มีกายก็เป็น

ประโยชน์ในการถูกต้อง (โผฏฐัพพะ) เย็น ร้อน อ่อน แข็ง มีใจก็เป็นประโยชน์ในการรับรู้ธัมมารมณ์ (สิ่งที่ใจคิด)

ทีนี้อยู่ที่ว่าถ้าเราใช้ไม่เป็น มันก็เป็นโทษ ถ้าใช้เป็นก็เป็นประโยชน์ เหมือนเราใช้มีดหั่นผักทำครัวต่างๆ มีดก็หั่นมือเอาบ้างถ้าเราเผลอ มีดมีทั้งคมทั้งด้าม ถ้าเราจับทีไรถูกด้ามทุกที ก็ได้ใช้คมให้เป็นประโยชน์ แต่ถ้าเราไปจับที่คม มันก็บาดมือเอา **สิ่งทั้งหลายในโลกก็เช่นกัน มีทั้งคุณทั้งโทษเจือกันอยู่คละกันอยู่ เราก็ต้องรู้เงื่อนไขของสิ่งนั้นๆ จับหลักใหญ่ให้ได้ว่าหลักสำคัญมันอยู่ที่ไหนเราก็ปฏิบัติให้ถูกต้องตามสมควรในเรื่องนั้นๆ ก็ได้ประโยชน ทิ้งสิ่งเป็นโทษเสีย** ถือเอาสิ่งที่เป็นประโยชน์ ไม่ว่าเรื่องอะไรทุกๆ เรื่องมีทั้งคุณทั้งโทษเจือกันอยู่ เราก็ถือเอาแต่ส่วนที่เป็นประโยชน์ ที่เป็นโทษก็ทิ้งไป คือรู้ส่วนที่เป็นโทษ ส่วนที่เป็นคุณ

วิธีอบรมอินทรีย์ของพระพุทธเจ้า คือ ทรงสอนให้รู้สิ่งที่เป็นคุณ ฝึกอบรมอินทรีย์ให้เป็นประโยชน์ พระพุทธเจ้าทรงแสดงธรรมกับอุตรมาณพต่อไปว่า เมื่อสามารถทำจิตให้อยู่ในอุเบกขาได้แล้วก็จะมีคุณสมบัติพิเศษขึ้นมาอีกอย่างหนึ่ง คือ จะสามารถพิจารณาให้เห็นเป็นสิ่งที่ไม่น่าเกลียดในสิ่งที่น่าเกลียด ให้เห็นในสิ่งที่ไม่เป็นปฏิกูลเป็นปฏิกูลก็ได้ ด้วยอำนาจของเมตตาและอุเบกขา สามารถพิจารณาเห็นสิ่งที่น่าเกลียดให้ไม่น่าเกลียดก็ได้

ในที่บางแห่งอาจมีทั้งสิ่งที่น่าเกลียดและไม่น่าเกลียด ในเงื่อนไขนั้นต้องเป็นอย่างนั้น สมมติว่าเราเลี้ยงสัตว์ เช่น เลี้ยงแมว เรามีอาหารเหลือ เราให้แมวกิน เลี้ยงแมวด้วยเมตตากรุณาต่อมัน แมวก็ช่วยเหลือเราในเรื่องไล่หนู กัดหนู ไม่ให้หนูมารบกวน พอได้กลิ่นแมวหนูก็ไปแล้ว ไม่ต้องจับก็ได้ ธรรมดาเลี้ยงแมวต้องมีขี้แมวบ้าง เราก็วางอุเบกขาเสียบ้าง มีเมตตาต่อมันบ้าง

อย่างในวัดมีทั้งแมวทั้งหมาเยอะไปหมด ตามถนนในวัดก็ต้องมีขี้หมาขี้แมวบ้าง ถ้าจะไม่ให้มีแมว ไม่ให้มีหมาเลย ก็หมายความว่าให้คนกำจัดมันโดยวิธีใดวิธีหนึ่ง ไม่ให้มันเข้ามาในวัด หรือไล่มันออกไปก็จะไม่มีขี้แมวขี้หมาในวัด มันดูเหมือนว่าได้ความสะอาดในวัด แต่มันขาดอะไรไป อาจจะขาดเมตตากรุณาไปหรือไม่ให้ฐานะที่เป็นเพื่อนร่วมโลกกัน

ถ้าทุกหนทุกแห่งไล่แมวไล่หมาออกไปหมดเลย เข้าใกล้ไม่ได้ปามันบ้าง ตีมันบ้าง แมวหมาจะไปอยู่ที่ไหนในโลกนี้ และที่ว่าสัพเพสัตตา.....ขอสัตว์ทั้งหลายจงเป็นสุขเถิด.........ขอสัตว์ทั้งหลายจงพ้นจากความทุกข์เถิด ที่เราว่าเราท่องอยู่ทุกวัน จะเอาไปใช้ที่ไหนเงื่อนไขนี้เราต้องยอมรับสภาพต่างๆ ที่มันเกิดขึ้นในเงื่อนไขนั้นๆ ถ้าเรามีเมตตาต่อหมาต่อแมว เราก็ได้เมตตาต่อหมาต่อแมวทั้งหลายทั้งปวง แต่ก็ต้องได้สิ่งที่ไม่พึงปรารถนาจากมัน ขี้หมาบ้างขี้แมวบ้าง แล้วแต่อะไรจะเกิดขึ้น อันนี้เรียกว่า พิจารณาให้เห็นเป็นสิ่งที่ไม่น่าเกลียดใน

สิ่งที่น่าเกลียดได้ด้วยอำนาจของเมตตาและอุเบกขา

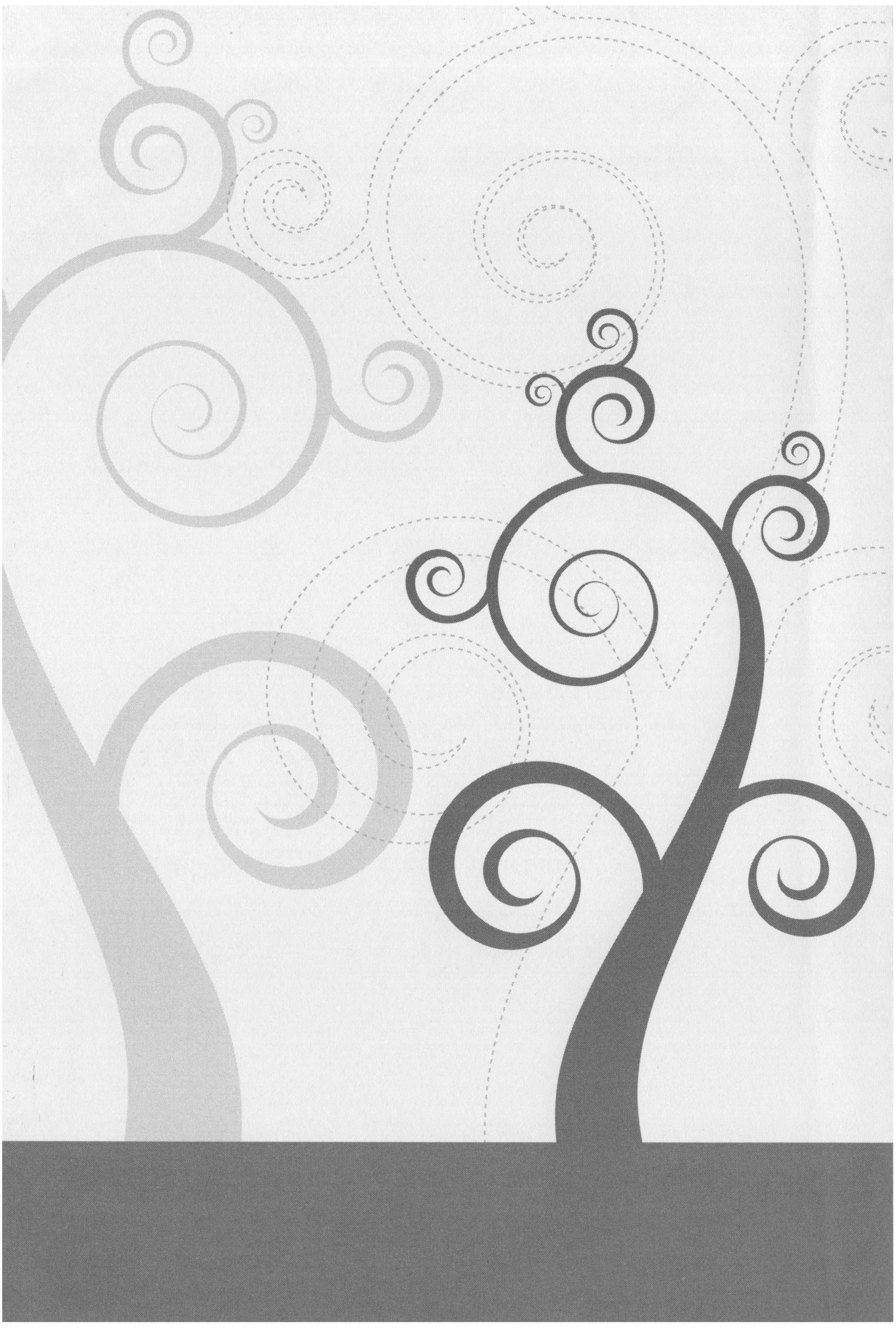
ในทางกลับกัน สิ่งที่ไม่น่าเกลียดพิจารณาให้เห็นเป็นสิ่งที่น่าเกลียดโดยปฏิกูลสัญญา สิ่งที่น่ารักคนเขาชอบ เขาหลงใหล เขาพอใจกัน เขาตื่นเต้นกัน พิจารณาให้เห็นเป็นสิ่งไม่น่าปรารถนาก็ได้โดยอำนาจของอสุภสัญญา ความสำคัญหมายว่าไม่สวยไม่งามปฏิกูลสัญญา ความพิจารณาให้เห็นว่าเป็นปฏิกูล อย่างอาหารที่เขาไปกินในที่หรูหรา ราคาแพง เป็นที่ต้องการปรารถนาทั้งรูปทั้งกลิ่นทั้งรส เขาพยายามจัดกลิ่นจัดรูปจัดรสให้น่ากิน จะพิจารณาให้เห็นเป็นของปฏิกูล ไม่พึงบริโภคก็ได้ถ้าจิตใจอยู่ในระดับที่ได้ฝึกอินทรีย์มาดีแล้ว เพราะฉะนั้นจะระงับความดีใจ เสียใจ หรือความโกรธ ไม่พอใจต่างๆ เกี่ยวกับเรื่องอาหารได้ หรือเรื่องอื่นๆ ก็ทำนองเดียวกัน อันนี้คืออานุภาพของการอบรมอินทรีย์ ฝึกอินทรีย์อย่างที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้อินทรียภาวนาสูตร มัชฌิมนิกาย อุปริปัณณาสก์

ถ้าเราได้อบรมอินทรีย์อย่างนี้แล้ว โอกาสที่เราจะได้เกิดเป็นมนุษย์ เกิดเป็นเทวดาที่มีธรรม เกิดเป็นพรหมที่สูงขึ้นไป ก็มีมากขึ้น หรือได้เป็นมนุษย์ชั้นดี ถ้าไม่ได้รับโอกาสอบรมสิ่งเหล่านี้ พลาดจากเป็นมนุษย์แล้วไปอบายภูมิ เกิดเป็นเปรตบ้าง อสุรกายบ้างสัตว์นรกบ้าง สัตว์เดรัจฉานบ้าง โอกาสที่จะมาเกิดเป็นมนุษย์ ได้พบสิ่งดีๆ เช่น ธรรมะของพระพุทธเจ้า อะไรต่างๆ นี่ก็น้อย

ในพาลบัณฑิตสูตร มัชฌิมนิกาย อุปริปัณณาสก์ พระพุทธเจ้าทรงเปรียบไว้ว่าเหมือนเต่าตาบอดกับทุ่นห่วงที่ลอยอยู่ในทะเล กล่าวคือ มีทุ่นห่วงอันหนึ่งลอยอยู่ในทะเล ลมเหนือพัดมาก็ไปทางใต้ ลมใต้พัดมาก็ไปทางเหนือ ลมตะวันตกพัดมาก็ไปทางตะวันออกลมตะวันออกพัดมาก็ไปทางตะวันตก ถูกพัดอยู่ในทะเลอย่างนั้น มีเต่าตาบอดซึ่งร้อยปีจึงจะโผล่ขึ้นมาสักครั้งหนึ่ง โอกาสที่มันจะโผล่ขึ้นมาตรงห่วงพอดีนั้นยากมาก ตรัสกับภิกษุทั้งหลายว่า โอกาสยากมาก แต่ก็ยังเป็นไปได้มากกว่าและเร็วกว่า ที่คนพาลที่ไปอบายภูมิแล้วได้กลับมาเป็นมนุษย์อีก ยังเป็นการง่ายกว่าที่คนพาลเมื่อไปอบายภูมิแล้วได้อัตภาพเป็นมนุษย์อีก เพราะเหตุใด?

เพราะว่าในคนพาลไม่มีการประพฤติธรรม ไม่มีการประพฤติสุจริต ไม่มีการทำบุญกุศล มีแต่กินกันเอง ท่านใช้คำนี้เลย อญฺญมญฺญขาทิกา มีแต่การกินซึ่งกันและกัน ทุพฺพลมาลิกา มีแต่การเบียดเบียนคนอ่อนแอ แต่หลายๆแห่งใช้คำว่า ทุพฺพลขาทิกา กินคนที่มีกำลังน้อย คนที่มีพลังน้อยกว่า คนโง่เป็นเหยื่อของคนฉลาด มนุษย์กินกันเอง เบียดเบียนกันเองในหมู่คนพาล

มักพูดกันอยู่เสมอว่า คนโง่เป็นเหยื่อของคนฉลาด แต่ผมว่าคนฉลาดแกมโกงเท่านั้นจึงจะทำให้คนโง่เป็นเหยื่อ ถ้าเป็นคนฉลาดด้วยและเป็นคนดีด้วย ก็เป็นที่พึ่งของคนโง่ ไม่ทำคนโง่ให้เป็นเหยื่อ คนโง่จะไม่เป็นเหยื่อของคนฉลาดที่เป็นคนดี จะได้คนดีเป็นที่พึ่ง



๓

การสำรวมตน
(สัญญมะ)

สัญญมะ ความสำรวมกายวาจานี้ ถ้าสืบเนื่องมาจากทมะการฝึกอินทรีย์ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจแล้ว ก็จะเป็นไปได้ดี ไม่ลำบาก ไม่ต้องเดือดร้อน ฝืดฝืน ดังพระพุทธพจน์ที่ว่า

"ถ้าใจของบุคคลสงบแล้ว การกระทำทางกาย ทางวาจา ก็พลอยสงบไปด้วย" (สนฺตํ ตสฺส มนํ โหติ สนฺตา วาจา จ กมฺม จ)

ในสมัยพุทธกาล มีพระเถระรูปหนึ่ง ชื่อ "สันตกาย" แปลว่าผู้มีกายสงบ ท่านไม่คะนองกายวาจาเลย ภิกษุทั้งหลายได้เห็นกายสมาจาร (ความประพฤติทางกาย) ของพระสันตกายแล้ว ไปกราบทูลพระผู้มีพระภาคเจ้าว่า ไม่เคยเห็นการคะนองกายวาจาของพระสันตกายเลย พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสอนุโมทนาว่า ธรรมดาภิกษุควรเป็นเช่นพระสันตกาย คือ ไม่คะนองมือเท้าและกายวาจา ควรเป็นผู้มีกาย

วาจาสงบ ดังนี้แล้วตรัสต่อไปว่า

"ผู้มีกายวาจาและใจสงบแล้ว มีจิตตั้งมั่นดีแล้ว คายโลกามิสได้แล้ว เรากล่าวว่าเป็นผู้สงบ" (๒๕/๓๕/๖๖)

เพราะไม่มีอกุศลทางกาย วาจา และใจ กายเป็นต้นจึงสงบตั้งมั่นอยู่ในสุจริตนั่นเอง เป็นธรรมสมาธิ และจิตตสมาธิ

โลกามิส คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ อันน่าใคร่ น่าพอใจ เป็นเหยื่อของโลก ลาภ ยศ สรรเสริญ สุข ก็เช่นเดียวกัน ท่านถือเป็นเหยื่อของโลก หลอกล่อบุคคลและสัตว์ทั้งหลายให้ติดพันอยู่ในโลก

การสำรวมมือ เท้า ตา หู เป็นต้น เป็นสิ่งสำคัญที่ทำให้ดูดีเป็นคนสุภาพเรียบร้อย มีสมบัติผู้ดี และทำให้ปลอดภัยในโอกาสที่มีภัย

เมื่อได้เห็นรูปด้วยตา ฟังเสียงด้วยหู ดมกลิ่นด้วยจมูก ลิ้มรสด้วยลิ้น ถูกต้องโผฏฐัพพะด้วยกาย รู้อารมณ์ด้วยใจ และพูดถ้อยคำด้วยวาจา ผู้ใดมีสติระวังให้อภิชฌาคือความยินดีอยากได้โทมนัสคือความเสียใจเกิดขึ้นครอบงำได้ ผู้นั้นชื่อว่าเป็นผู้สำรวมทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ และวาจา แต่ละอย่างๆถ้าสำรวมพร้อมกันได้ทุกอย่าง ทุกเวลาก็ยิ่งเป็นความดี ผู้สำรวมในสิ่งทั้งปวง ย่อมพ้นจากทุกข์ทั้งปวง

พระอรรถกถาจารย์กล่าวไว้ว่า เมื่อความไม่สำรวมเกิดขึ้นอกุศลธรรม ๕ อย่าง ย่อมเกิดขึ้นด้วย คือ ความไม่เชื่อ ๑ ความไม่อดทน ๑ ความเกียจคร้าน ๑ ความหลงลืมสติ ๑ ความไม่รู้ ๑ ในกาลใดความ

สำรวมเกิดขึ้น กุศลธรรม ๕ อย่างย่อมเกิดขึ้นด้วย คือ ความเชื่อในสิ่งที่ถูกต้อง ๑ ความอดทน ๑ ความเพียร ๑ ความระลึกได้ ๑ ความรู้ ๑

การสำรวมกาย วาจา ใจ นั้น หมายถึง การเว้นจากกายทุจริต วจีทุจริต และมโนทุจริต ประพฤติอยู่ในสัมมาจารีทั้งกาย วาจา ใจ เมื่อสำรวมทวารทั้งปวงได้ก็ย่อมสามารถพ้นจากทุกข์ทั้งปวง เพราะอภิชฌาและโทมนัสไม่อาจรั่วไหลเข้าสู่จิตใจได้ กิเลสไม่ได้ช่อง ไม่ได้โอกาส

มีเรื่องเล่าว่า ภิกษุ ๕ รูป รักษาทวารทั้ง ๕ คนละทวารเท่านั้น คือ บางรูปรักษาจักษุทวาร บางรูปรักษาโสตทวาร วันหนึ่งภิกษุเหล่านั้นเถียงกัน ยึดมั่นในทวารที่ตนรักษาแล้วว่าดีที่สุด ไม่อาจตกลงได้ จึงไปเฝ้าพระศาสดาทูลถามข้อข้องใจของตน ขอให้ตรัสบอกว่าทวารไหนรักษาได้ยากที่สุด

พระศาสดาไม่ทรงให้ภิกษุรูปใดรูปหนึ่งน้อยใจ ตรัสว่า ทวารทุกทวารรักษายากเท่าๆ กัน

“อีกอย่างหนึ่งแล พวกเธอไม่สำรวมแล้วในทวารทั้ง ๕ ในกาลบัดนี้เท่านั้นก็หามิได้ แม้ในกาลก่อนพวกเธอก็ไม่สำรวมแล้วไม่ตั้งอยู่ในโอวาทของบัณฑิตทั้งหลาย ไม่สำรวมทวารทั้ง ๕ ได้สิ้นชีวิตแล้ว” ดังนี้แล้ว ตรัสตักกสิลาชาดก โดยย่อว่า

"เราทั้งหลายไม่อยู่ในอำนาจของรากษส (ยักษ์น้ำ) เพราะเราตั้งมั่นอยู่ในความเพียร มั่นคงในคำแนะนำของท่านผู้ฉลาด และเพราะเรากลัวภัย เราจึงรอดพ้นจากภัยใหญ่นั้น"

คำนี้ พระโพธิสัตว์ผู้ถึงความสวัสดีในการเดินทางและได้ครองราชสมบัติในนครตักกสิลา ได้กล่าวไว้ด้วยความเบิกบานพระทัยในขณะทอดพระเนตรดูสิริราชสมบัติ และตรัสว่า "ขึ้นชื่อว่าความเพียรอันสัตว์ทั้งหลายควรทำแท้"

พระตถาคตตรัสต่อไปว่า "พวกเธอทั้ง ๕ รูปได้เป็นคน ๕ คนในกาลนั้น เดินทางไปเมืองตักกสิลากับพระมหาสัตว์ แต่เป็นผู้ไม่สำรวมจักษุ เป็นต้น จึงถูกยักษิณีที่ปลอมตัวมาจับกิน เพราะเธอทั้งหลายไม่ตั้งอยู่ในโอวาทของบัณฑิต ส่วนพระราชาผู้สำรวมในอารมณ์มีรูปเป็นต้น ไม่แลดูนางยักษ์ผู้มาด้วยเพศเพียงดังเทพธิดาแม้ติดตามมาข้างหลัง เสด็จถึงเมืองตักกสิลาโดยปลอดภัย คือเรานี้เอง"

พระศาสดาตรัสต่อไปว่า

"ธรรมดาภิกษุควรสำรวมในทวารทั้งปวง เพราะเมื่อสำรวมในทวารทั้งปวงแล้ว ย่อมพ้นจากทุกข์ทั้งปวง"

อีกคราวหนึ่ง พระศาสดาตรัสสอนว่า

๕๗

“ผู้ใดสำรวมมือเท้า วาจา และสำรวมตน ยินดีในภาวนาอันเป็นภายใน มีใจมั่นคง เป็นผู้เดียว เป็นผู้สันโดษ บัณฑิตทั้งหลายเรียกผู้เช่นนั้นว่าเป็นภิกษุ” (๒๕/๓๕/๖๔)

การสำรวมมือ คือ การไม่ใช้มือไปในทางชั่ว แต่ใช้ไปในทางอันเกิดผลบุญกุศล *การสำรวมเท้า* ก็เหมือนกัน ส่วน *การสำรวมวาจา* นั้น คือ การเว้นวจีทุจริต พูดแต่วจีสุจริต ส่วน *การสำรวมตนนั้น* คือ การสำรวมจิต ป้องกันมิให้วิตก ๓ ครอบงำ

คำว่า *ยินดีในภาวนาอันเป็นภายใน* นั้น หมายถึง การเจริญสมถภาวนา และวิปัสสนาภาวนา ข้อว่า มีใจมั่นคง นั้น คือตั้งมั่นอยู่ในสมาธิ ไม่วอกแวกด้วยอารมณ์ต่างๆ

เป็นผู้เดียว คือ เป็นผู้เดียวเที่ยวไปในอิริยาบถทั้งปวง อนึ่งชื่อว่าเป็นผู้เดียวเพราะไม่มีตัณหาเป็นเพื่อน

เป็นผู้สันโดษ หมายถึง พอใจในทางสุจริต

พระศาสดาประทับอยู่ที่เชตวัน ทรงปรารภภิกษุฆ่าหงส์รูปหนึ่ง จึงตรัสพระธรรมเทศนานี้ มีเรื่องย่อว่า

ชายหนุ่มสองคน ชาวเมืองสาวัตถี ออกบวชในพระพุทธศาสนาแล้วยังอยู่ด้วยกัน ไปไหนไปด้วยกัน วันหนึ่ง ภิกษุสองรูปนั้นไปยังแม่น้ำอจิรวดี สรงน้ำแล้ว ยืนผิงแดดคุยกันอยู่ ขณะนั้นหงส์สองตัวบินผ่านมา

รูปหนึ่งว่า จะเอาก้อนกรวดดีดให้ถูกตาหงส์นั้น อีกรูปหนึ่งว่า ท่านจะไม่สามารถทำอย่างนั้นได้ เพื่อรับคำท้าทาย ภิกษุรูปหนึ่งจึงดีดกรวดไป หงส์ได้ยินเสียงก้อนกรวดแหวกอากาศจึงเหลียวมาดู

เธอหยิบก้อนกรวดอีกก้อนหนึ่งดีดไปโดยเร็ว ก้อนกรวดพุ่งเข้าตามันพอดี ทะลุออกทางอีกข้างหนึ่ง หงส์นั้นร้องด้วยความเจ็บปวดม้วนตกลงแทบเท้าของภิกษุนั้น

ภิกษุอื่นๆ ยืนเห็นเหตุการณ์อยู่ จึงกล่าวว่า “ท่านบวชในพระพุทธศาสนา เหตุไรจึงทำปาณาติบาต ปาณาติบาตไม่สมควรแก่ท่าน” ดังนี้แล้วพาภิกษุนั้นไปเฝ้าพระผู้มีพระภาค พระพุทธองค์ตรัสว่า

“ดูก่อนภิกษุ เธอบวชในพระศาสนาที่เป็นเหตุนำสัตว์ออกจากทุกข์เห็นปานนี้ ทำไมจึงทำอย่างนี้? เมื่อพระพุทธเจ้ายังไม่เสด็จอุบัติขึ้น บัณฑิตในปางก่อน แม้ยังครองเรือนอยู่ ก็มีความรังเกียจบาปแม้มีประมาณน้อย ส่วนเธอบวชแล้วในศาสนาเห็นปานนี้ หามีความรังเกียจบาปไม่”

เมื่อภิกษุเหล่านั้นทูลอ้อนวอนให้ทรงเล่าเรื่องของบัณฑิตนั้น พระพุทธองค์จึงตรัสอดีตนิทานว่า

ในอดีตกาล เมื่อพระเจ้าธนญชัย เสวยราชสมบัติยู่ในนครอินทปัตต์ แคว้นกุรุ[๑] พระโพธิสัตว์เป็นราชโอรสแห่งพระเจ้ากรุงอินทปัตต์นั้น ทรงสำเร็จการศึกษาจากนครตักกสิลาอันลือชื่อในศิลปวิทยาคุณ กลับมารับตำแหน่งอุปราช เมื่อพระราชบิดาทิวงคตแล้ว ได้รับราชสมบัติสืบช่วงต่อมา ไม่ทรงละเมิดราชธรรม ๑๐ ประการ[๒] ทรงดำรงมั่นอยู่ในกุรุธรรม คือศีล ๕ เมื่อพระองค์ทรงดำรงอยู่ในกุรุธรรมเช่นนั้น พระชนนี พระอัครมเหสี พระอนุชาอุปราช พราหมณ์ ปุโรหิต อำมาตย์ผู้ถือเชือก[๓] นายสารถี เศรษฐี มหาอำมาตย์ผู้เป็นขุนคลัง คนรักษาประตู และนางวรรณทาสี ผู้เป็นหญิงงามเมือง[๔] ของพระโพธิสัตว์นั้นก็รักษาศีล ๕ ด้วยเหมือนกัน

---

[๑] แคว้นกุรุ คือ เดลฮี นครหลวงของอินเดียปัจจุบัน ส่วนนครอินทปัตต์นั้น คือ เมืองที่เรียกว่ามถุราในปัจจับัน อยู่กึ่งกลางระหว่างเดลฮีกับเมืองอัคระ อันเป็นที่ตั้งแห่งทัชมาฮาล (Tajmahal) รถด่วนพิเศษวิ่งจากเดลฮีไปทัชมาฮาลใช้เวลาประมาณ ๓ ชั่วโมง หยุดที่มถุราหรืออินทปัตต์ เพียงแห่งเดียวเท่านั้น-วศ.

[๒] ได้แก่ ทศพิธราชธรรม ๑๐ ประการ คือ ทาน ศีล การบริจาค ความซื่อตรง ความอ่อนโยน ความเพียร ความไม่โกรธ ความไม่เบียดเบียน ความอดทน ความไม่ขึ้นไม่ลง คือ เสมอต้นเสมอปลาย-วศ.

[๓] รชฺชุคฺคหโก อมจฺโจ = The courtier who is a driver = King's land surveyor = พนักงานรังวัด

[๔] นครโสภนา วณฺณทาสี = The siave girl who was his convubine ; siave of beauty

ครั้งนั้น ในทันตบุรี แคว้นกาลิงค์ พระราชาพระนามว่ากาลิงค์ครองราชย์สมบัติอยู่ ฝนมิได้ตก ชาวเมืองจึงขอให้พระราชาส่งคนไปขอช้างชื่อ อัญขณวสกะ ของพระโพธิสัตว์ เพราะเป็นช้างมงคลมีบุญมากเมื่อนำมาแล้วฝนตก

พวกพราหมณ์ผู้แทนแคว้นกาลิงค์ ไปยังแคว้นกุรุเพื่อขอช้างเมื่อได้ช้างไปแล้ว ฝนก็ยังไม่ตก พระราชาแห่งแคว้นกาลิงค์จึงสั่งพราหมณ์ไปอีก ขอจารึกกุรุธรรมลงในแผ่นทองคำ

พระโพธิสัตว์เป็นต้น ทรงทำอาการรังเกียจในศีลของตน (เป็นเชิงถ่อมตัว) ว่าศีลของพวกตนไม่บริสุทธิ์ เมื่อพวกพราหมณ์อ้อนวอนหนักเข้า จึงจำต้องบอกศีลของตนให้พราหมณ์ไป

พระเจ้ากาลิงค์ได้กุรุธรรมมาแล้ว ทรงสมาทานรักษาให้บริบูรณ์ ตั้งแต่นั้นมาฝนในแคว้นของพระองค์ก็ตกต้องตามฤดูกาล แคว้นจึงกลับเกษมสำราญ มีภิกษาหาได้ง่าย

พระศาสดาทรงนำเรื่องนี้มาเป็นตัวอย่าง แล้วตรัสว่า

“ภิกษุ บัณฑิตในครั้งก่อน รู้สึกรังเกียจแม้ในศีลอันบริสุทธิ์ของตน (อันเป็นเชิงถ่อมตัว) ส่วนเธอบวชในศาสนาของพระพุทธเจ้าผู้เช่นเราแล้ว ก็ยังทำปาณาติบาตอยู่ ได้ทำกรรมหนักเสียแล้ว ธรรมดาภิกษุควรเป็นผู้สำรวมมือ เท้า และวาจา จึงจะควร”

อีกครั้งหนึ่ง พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสว่า

"ผู้ใดสำรวมปาก พูดด้วยปัญญา ไม่ฟุ้งซ่าน แสดงอรรถและธรรมภาษิตของผู้นั้นไพเราะ" (๒๕/๓๕/๖๔)

ขออธิบายเรื่องสำรวมปากเป็นต้นต่อไป

สำรวมปาก นั้นคือไม่พูดพล่อย ไม่พูดเมื่อไม่มีเรื่องจะพูดและหยุดพูดเมื่อหมดเรื่องจะพูดแล้ว ไม่พูดเท็จ ส่อเสียด คำหยาบและเหลวไหล ระวังวาจาไม่ให้กระทบกระเทือนใจผู้อื่น โดยหวังให้เขาเดือนร้อน พูดแต่วาจาอันก่อให้เกิดประโยชน์ตนและประโยชน์ผู้อื่น

พูดด้วยปัญญา นั้นความว่า คิดเสียก่อนแล้วจึงพูด ไม่ใช่พูดแล้วต้องเอามาคิดกลุ้มใจภายหลังว่า ไม่น่าพูดเลย คนที่มีปกติคิดเสียก่อนแล้วจึงพูดนั้น เป็นคนไม่พูดพล่อย เขาจะพูดอะไรออกไปเชื่อถือได้

ไม่ฟุ้งซ่าน ได้แก่ มีใจสงบ เมื่อใจสงบ วาจาและกายก็พลอยสงบไปด้วย มีความเย็นกายเย็นใจเป็นวิหารธรรม มีความสุขเป็นผล ความฟุ้งซ่านจึงเป็นอันตรายของความสุข

แสดงอรรถและธรรม นั้นความว่า แสดงทั้งพระบาลี และความหมายแห่งพระบาลีนั้นอย่างถูกต้อง คำว่าพระบาลีหมายถึงพระพุทธพจน์ ยกพระพุทธพจน์อย่างถูกต้อง อธิบายถูกต้องไม่คลาดเคลื่อน

วาจาของภิกษุเช่นนี้จึงจะไพเราะ **การแสดงธรรมของเธอไพเราะ วาจาของเธอควรแก่การฟัง ควรแก่การยึดถือปฏิบัติ**

ตามวิธีจะแสดงธรรมให้ไพเราะเช่นนี้นั้น คือต้องมีความตั้งใจอันแน่วแน่ว่า จะแสดงธรรมเพื่อธรรม ไม่ใช่แสดงธรรมเพื่อลาภยศ หรือเพื่อเสียงสรรเสริญ

เรื่องนี้ พระศาสดาทรงแสดงเมื่อประทับอยู่เชตวนานาม ทรงปรารภพระโกกาลิกะ มีเรื่องย่อตามข้อความในพระสูตรสังยุตตนิกาย สคาถวรรค เล่ม ๑๕ หน้า ๒๑๙ ดังนี้

พระโกกาลิกะ (ผู้เป็นศิษย์ของพระเทวทัต) เข้าไปเฝ้าพระผู้มีพระภาค ถวายบังคม นั่งแล้วกราบทูลว่า "พระสารีบุตร พระโมคคัลลานะ ไปแล้วสู่อำนาจของความปรารถนาลามก ตกอยู่ในอำนาจของความปรารถนาชั่ว"

พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสเตือนพระโกกาลิกะว่า "อย่าพูดอย่างนั้นเลย เธอจงทำจิตใจให้เลื่อมใสในสารีบุตร โมคคัลลานะเถิด เพราะทั้งสองนั้นเป็นผู้มีศีลเป็นที่รัก"

พระโกกาลิกะทูลว่า "แม้พระผู้มีพระภาคจะเป็นที่ศรัทธาเลื่อมใสของข้าพระองค์ก็จริง แต่พระสารีบุตร พระโมคคัลลานะนั้นเป็นผู้ลามก ตกอยู่ในอำนาจแห่งความปรารถนาลามก"

พระศาสดาตรัสห้ามถึง ๓ ครั้ง มิให้พระโกกาลิกะพูดอย่างนั้น แต่พระโกกาลิกะหาฟังไม่ คงยืนยันว่าพระสารีบุตร พระโมคคัลลานะเป็นผู้ลามกอยู่นั่นเอง

เมื่อพระโกกาลิกะลุกจากที่เฝ้าไปเท่านั้น เกิดต่อมขึ้นตามตัว ต่อมนั้นค่อยๆ โตขึ้นแล้วแตกเป็นน้ำเลือดน้ำหนอง ทำกาละด้วยอาพาธนั้น เขาเกิดในนรกเพราะจิตอาฆาตในพระอัครสาวกทั้งสอง

ปรารภเหตุที่พระโกกาลิกะต้องตกนรกเพราะวาจานี้ พระผู้มีพระภาคได้ตรัสแก่ภิกษุทั้งหลายว่า

"ปุริสสฺส หิ ชาตสฺส กุธารี ชายเต มุเข" เป็นอาทิ ความว่า "คนที่เกิดมาทุกคนมีขวานติดปากมาด้วย สำหรับให้คนพาลผู้ชอบพูดชั่วๆ ใช้เชือดเฉือนตนเอง ผู้ใดชื่อว่าเกลี่ยโทษลงด้วยปาก ย่อมไม่ประสบสุขเพราะโทษนั้น การแพ้การพนันสิ้นเนื้อประดาตัว ยังเป็นเรื่องเล็กน้อยเมื่อเทียบกับการทำใจให้ประทุษร้ายในพระสุคต การทำใจให้ประทุษร้ายในพระสุคตมีโทษมากกว่า ฯลฯ"

ในอรรถกถาแห่งพระธรรมบท มีความว่า เมื่อพระโกกาลิกะสิ้นชีพไปเกิดในปทุมนรกแล้ว ภิกษุทั้งหลายสนทนากันในโรงธรรมว่า "โอ ท่านทั้งหลาย ภิกษุชื่อโกกาลิกะถึงความพินาศแล้วเพราะปากของตนน่าสังเวชยิ่งนัก"

พระศาสดาเสด็จมาตรัสว่า "ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุโกกาลิกะถึงความพินาศแล้วเพราะปากของตนในบัดนี้เท่านั้นก็หามิได้ แม้ในกาลก่อนภิกษุโกกาลิกะก็เคยพินาศแล้วเหมือนกัน" ดังนี้แล้วตรัสเล่าอดีตของพระโกกาลิกะดังนี้

ในอดีตกาล เต่าตัวหนึ่งอาศัยอยู่ในสระแห่งหนึ่งในหิมวันตประเทศ หงส์สองตัวเที่ยวไปหากินแถวนั้น ทำความคุ้นเคยกับเต่าวันหนึ่ง ชวนเต่าไปเที่ยวที่อยู่ของตน ณ ถ้ำทองบนพื้นภูเขาจิตตกูฏอันเป็นที่น่ารื่นรมย์

เต่าถามว่า ตนจะไปได้อย่างไร?

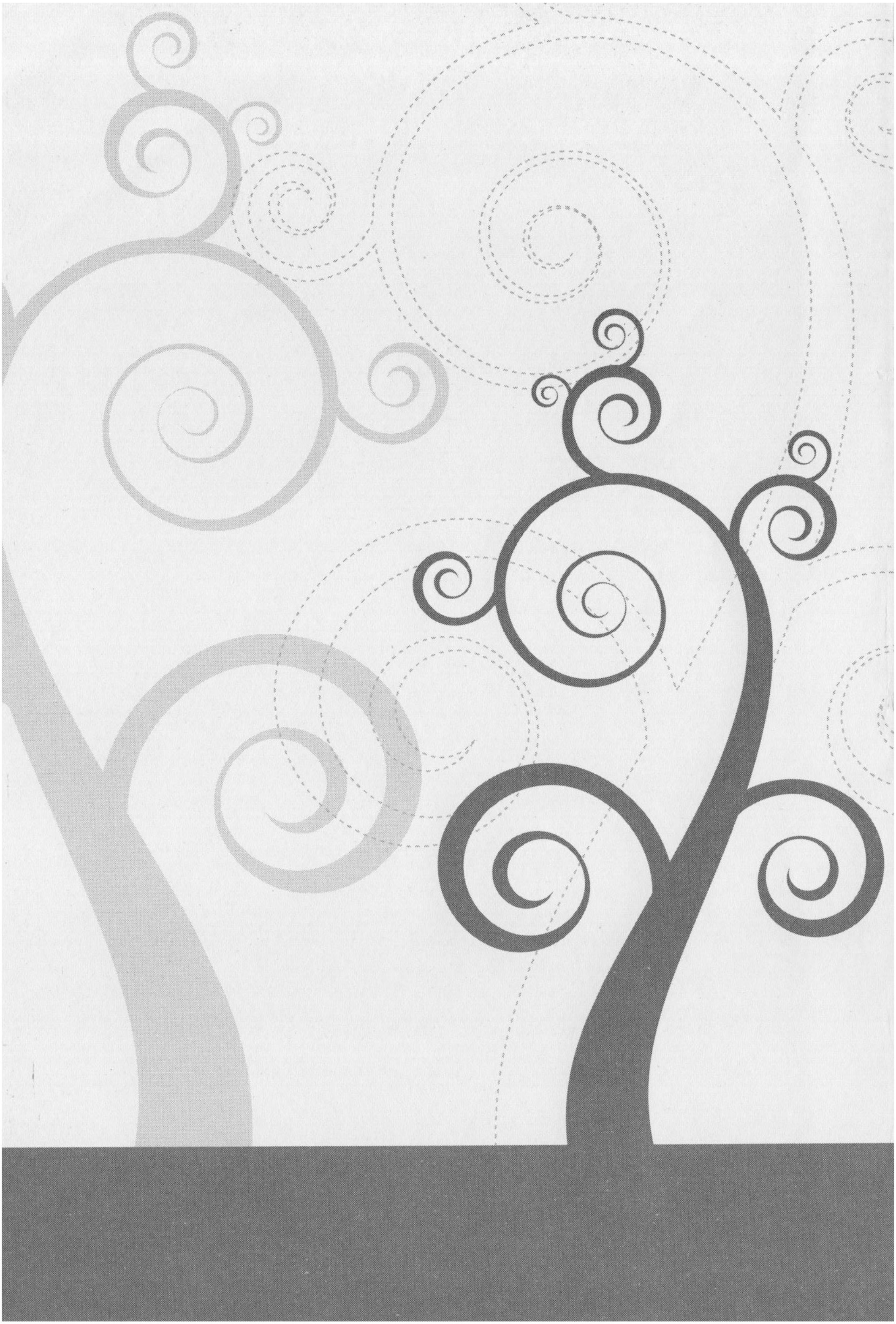
หงส์บอกอุบายว่า ให้เต่าคาบไม้ไว้แล้วพวกตนทั้งสองจะคาบปลายไม้ทั้งสองข้างแล้วพาเดินไป เต่าตกลงตามนั้น เมื่อหงส์พาเต่าผ่านหมู่บ้านแห่งหนึ่ง พวกเด็กชาวบ้านเห็นแล้วชี้กันให้ดูแล้วร้องเสียงดังขึ้นว่า "จงดู จงดู หงส์สองตัวพาเต่าบินไป"

เต่าอยากจะพูดโต้ตอบกับพวกเด็กว่า "อ้ายพวกเด็กชั่วช้ามันธุระอะไรของพวกแกเล่า?" จึงปล่อยปากจากท่อนไม้ที่คาบอยู่ตกลงที่พระลานหลวงแห่งนครพาราณสีแตกเป็นสองซีก สิ้นชีวิต

พระศาสดาตรัสแก่ภิกษุทั้งหลายต่อไปว่า "ภิกษุทั้งหลาย ธรรมดาภิกษุควรเป็นผู้สำรวมปาก ประพฤติสุจริต ไม่ฟุ้งซ่าน จิตสงบ" ดังนี้เป็นต้น

๖๕

วศิน อินทสระ



๔

การประพฤติสุจริต (สมจริยา)

ทุจริตเป็นสิ่งทำลายตน ทำลายผู้อื่น ทำลายสังคมอย่างไร สุจริตก็เป็นสิ่งส่งเสริมตน ผู้อื่น และสังคมอย่างนั้น ความประพฤติฝ่ายชั่วเป็นเป็นสิ่งทำลาย ความประพฤติฝ่ายดีเป็นส่วนส่งเสริม ฝ่ายชั่วเป็นเหตุแห่งทุกข์ ฝ่ายดีเป็นเหตุแห่งสุข สมดังที่พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ในปหานภาวนาสูตร (อัง. ทุก. ๒๐/๗๔) ว่า

"ท่านทั้งหลายจงละอกุศลเสียเถิด เพราะอกุศลเป็นสิ่งที่ละได้ ถ้าอกุศลเป็นสิ่งที่ละไม่ได้ เราก็จะไม่สอนให้ละ แต่เพราะเป็นสิ่งที่ละได้ เราจึงสอนให้ละ อนึ่งเล่า ถ้าอกุศลที่ละแล้วเป็นไปเพื่อมิใช่ประโยชน์ เพื่อทุกข์ เราก็จะไม่สอนให้ละเช่นกัน แต่เพราะอกุศลที่ละแล้วเป็นไปเพื่อประโยชน์ เพื่อสุข เราจึงสอนให้ละอกุศลเสีย

"ท่านทั้งหลายจงเจริญกุศลเถิด เพราะกุศลเป็นสิ่งที่เจริญอบรม

ได้ ถ้าทำไม่ได้ เราก็จะไม่สอนให้เจริญอบรมกุศล อนึ่งเล่า ถ้ากุศลที่เจริญแล้วเป็นไปเพื่อมิใช่ประโยชน์ เพื่อทุกข์ เราก็จะไม่สอนให้ท่านทั้งหลายเจริญกุศล แต่เพราะเหตุที่เจริญแล้วเป็นไปเพื่อประโยชน์ เพื่อสุข เราจึงสอนให้ท่านทั้งหลายเจริญกุศล"

พระพุทธพจน์นี้ เตือนใจชาวพุทธทุกคนว่า ถ้าต้องการความสุข ไม่ต้องการความทุกข์ ก็ต้องละเว้นอกุศล เจริญกุศล กุศลที่ควรเจริญนั้นมีหลายอย่าง หลายระดับ ตามนัยแห่งสาไลยกสูตรมัชฌิมนิกาย มูลปันณาสก์ (๑๒/๕๑๙) พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสถึงกุศลกรรมบถ ๑๐ ว่า เป็นสิ่งควรทำให้เจริญ ส่วนอกุศลกรรมบถ ๑๐ เป็นสิ่งที่ควรละ เมื่อละอกุศกรรมบถ ๑๐ เจริญกุศลกรรมบถ ๑๐ ให้บริบูรณ์แล้ว หวังไปสุคติชั้นต่างๆ ได้ตามต้องการ แม้จะหวังสิ้นอาสวะก็ได้ตามต้องการ การประพฤติสุจริตกาย วาจา ใจ จึงเป็นแหล่งเกิดแห่งความสุขอีกอย่างนึ่ง ข้อความโดยย่อในสาไลยกสูตรมีดังนี้

"ดูก่อน พราหมณ์และคหบดีทั้งหลาย สัตว์บางพวกในโลกนี้ หลังจากตายแล้ว ย่อมเข้าถึงสุคติโลกสวรรค์เพราะการประพฤติธรรม (ธรรมจริยา) และการประพฤติสุจริต (สมจริยา) ดูก่อนพราหมณ์ และคหบดีทั้งหลาย ธรรมจริยา สมจริยา ทางกาย มี ๓ ทางวาจามี ๔ ทาง ใจ มี ๓

"**ธรรมจริยาทางกาย มี 3 เป็นไฉน?** ธรรมจริยาทางกายมี ๓ คือ บุคคลบางพวก *เป็นผู้เว้นขาดจากการยังสัตว์มีชีวิตให้ตกล่วงไป*

(ปาณาติบาต) เป็นผู้มีท่อนไม้และศัสตราอันวางแล้ว มีความละอายในการฆ่าสัตว์ ประกอบด้วยความเอ็นดู เป็นผู้เกื้อกูลอนุเคราะห์สัตว์มีชีวิตทั้งปวง *เป็นผู้ละอทินนาทาน* เว้นขาดจากอทินนาทานเป็นผู้ไม่ถือเอาทรัพย์เครื่องปลื้มใจของผู้อื่นที่เจ้าของยังไม่ได้ให้ด้วยจิตขโมย *เป็นผู้ละกาเมสุมิจฉาจาร* เว้นขาดจากกาเมสุมิจฉาจาร...

นี่คือ ธรรมจริยาทางกาย ๓ อย่าง

"ธรรมจริยาทางวาจา ๔ อย่าง เป็นไฉน? บุคคลบางพวกในโลกนี้ *เป็นผู้ละมุสาวาท เว้นขาดจากมุสาวาท* ไม่รู้ก็บอกว่าไม่รู้ไม่เห็นก็บอกว่าไม่เห็น ไม่กล่าวมุสาวาทเพื่อตนเอง เพื่อผู้อื่น หรือเพื่อสินจ้างรางวัลเล็กๆ น้อยๆ *เป็นผู้ละคำส่อเสียด* เว้นจากคำส่อเสียด ไม่นำความข้างโน้นมาบอกข้างนี้ หรือนำความข้างนี้ไปบอกข้างโน้น เพื่อยุให้เขาแตกกัน (หรือทำตนให้เป็นที่รัก) แต่เป็นผู้มีปกติสมานคนที่แตกกันแล้ว สนับสนุนชนที่พร้อมเพรียงกัน เป็นผู้พอใจยินดีในสามัคคีชื่นชมในความพร้อมเพรียง เป็นผู้ละคำหยาบ *เว้นขาดจากการกล่าวคำหยาบ* เป็นผู้กล่าววาจาไม่มีโทษ เสนาะหู เป็นที่รัก จับใจ (หทยงฺคมา) เป็นคำของผู้ดี (โปรี) เป็นถ้อยคำที่พอใจของคนมาก เป็นผู้ละการกล่าวเพ้อเจ้อ เว้นขาดจากการกล่าวเพ้อเจ้อ เป็นผู้มีปกติกล่าวในเวลาอันสมควร กล่าวคำจริง คำอาศัยอรรถ อาศัยธรรม อาศัยวินัยเป็นผู้กล่าววาจาเป็นหลักฐาน กล่าวตามกาล กล่าวคำมีที่อ้าง มีที่สิ้นสุด มีประโยชน์

นี่คือ ธรรมจริยาทางวาจา ๔ อย่าง

“**ธรรมจริยาทางใจ ๓ อย่าง เป็นไฉน?** บุคคลบางพวก *เป็นผู้ไม่เพ่งเล็งทรัพย์เครื่องปลื้มใจของผู้อื่นนึกน้อมมาเป็นของตน (อนภิชฌา) เป็นผู้มีจิตไม่ปองร้าย (อัพยาบาท) มีแต่จิตอันประกอบด้วยเมตตา* ว่า “ขอสัตว์เหล่านี้จงอย่ามีเวรต่อกัน อย่ามีความคับแค้น อย่ามีทุกข์ มีแต่ความสุขทั่วหน้าเถิด *เป็นผู้มีความเห็นชอบ (สัมมาทิฏฐิ) มีความเห็นอันไม่วิปริตผิดทำนองคลองธรรม* เช่นเห็นว่า ทานที่บุคคลให้แล้วมีผล การบูชามีผล กรรมและผลของกรรมมีอยู่ โลกนี้โลกหน้ามีจริง มารดาบิดามีคุณจริง สมณพราหมณ์ ผู้ประพฤติดีปฏิบัติชอบมีอยู่จริง ฯลฯ

นี่คือ ธรรมจริยาทางใจ ๓ ประการ

“ดูก่อน พราหมณ์และคหบดีทั้งหลาย บุคคลย่อมเข้าถึงสุคติโลกสวรรค์เพราะการประพฤติธรรมและประพฤติสุจริต ดังนี้แล อนึ่ง บุคคลผู้ประพฤติธรรมและประพฤติสุจริต หากพึงตั้งความปรารถนาอย่างใดอย่างหนึ่งว่า หลังจากข้าพเจ้าตายแล้วขอให้ไปบังเกิดเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ ความปรารถนานั้นย่อมสำเร็จได้ เช่น ปรารถนาความเป็นกษัตริย์มหาศาล พราหมณ์มหาศาล คหบดีมหาศาล เป็นเทพฯ ชั้นต่างๆ ทั้ง 26 ชั้น ตลอดถึงปรารถนาความสิ้นอาสวะ ก็ย่อมสำเร็จได้....”

การประพฤติธรรมมีความสำคัญอย่างนี้ คือให้เกิดความสำเร็จทุกๆ ด้านที่บุคคลต้องการ และสิ่งนั้นประกอบด้วยธรรม ความสุขในโลกมนุษย์ ความสุขในสวรรค์ ตลอดถึงความสุขนิรันดรคือความสุขอันเกิดจากพระนิพพาน ล้วนสำเร็จมาจากการประพฤติธรรมทั้งสิ้น เพราะฉะนั้นพระศาสดาจึงตรัสว่าการประพฤติธรรมเป็นมงคล

อนึ่ง ข้อความทั้งในสาไลยกสูตร และเวรัญชสูตรในมัชฌิมนิกาย มูลปันณาสก์นั้น **พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงแสดงอุปนิสัย คือศีล ว่าสามารถยังสัตว์ให้บรรลุพระอรหัตได้**

เรื่องนี้เข้าใจไม่ยาก เพราะบุคคลที่มีสมาธิ ย่อมต้องมีศีลเป็นบันไดขั้นต้นก่อน และสมาธิที่อบรมดีแล้วย่อมก่อให้เกิดปัญญา ปัญญาให้เกิดวิมุติ คือ ความหลุดพ้นจากสรรพกิเลส คือ อรหัตผลนั่นเอง ธรรมเหล่านี้ย่อมเป็นปัจจัยซึ่งกันและกันอยู่โดยตลอด

ในกรณียากรณียสูตร (อัง.ทุก.๒๐/๗๓) พระพุทธเจ้าทรงแสดงว่า ทุจริตเป็นสิ่งไม่ควรทำโดยส่วนเดียว ใครทำเข้าย่อมมีโทษ ๕ อย่าง คือ

๑) ตนเองติเตียนตนเองได้

๒) ผู้รู้ใคร่ครวญแล้วติเตียน

๓) ชื่อเสียงทางไม่ดีฟุ้งไป

๔) หลงทำกาลกิริยา (ตายอย่างไม่สงบ)

๕) ตายแล้วไปทุคติ วินิบาต นรก

สุจริตเป็นสิ่งควรทำโดยส่วนเดียว ทำแล้วย่อมได้รับอานิสงส์ ๕ ประการ คือ

๑) ตนเองติเตียนตนเองไม่ได้

๒) ผู้รู้ใคร่คราญแล้วสรรเสริญ

๓) ชื่อเสียงทางดีย่อมฟุ้งขจรไป

๔) ไม่หลงทำกาลกิริยา (ตายอย่างสงบ)

๕) ตายแล้วไปสุคติ โลกสวรรค์

โทษของผู้ทุศีล และอานิสงส์ของผู้มีศีล พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้อย่างนี้เหมือนกัน

ทุจริตให้ผลเป็นทุกข์ สุจริตให้ผลเป็นสุข ข้อนี้เป็นเรื่องธรรมดา ส่วนที่คนเห็นไปว่า “ทำดีได้ดีมีที่ไหน ทำชั่วได้ดีมีถมไป” นั้น เป็นความเห็นผิด เนื่องจากกรรมเป็นสิ่งซับซ้อน และให้ผลซับซ้อน[๑]

---

[๑]ท่านที่สนใจสามารถศึกษาเรื่องนี้โดยละเอียดได้จากหนังสือ *"หลักกรรมและการเวียนว่ายตายเกิด"* ของผู้เขียน, สำนักพิมพ์ ธรรมดา

บางคนเสื่อมทรัพย์เพราะหลอกลวง บางคนได้ทรัพย์เพราะซื่อสัตย์ นี่คือโทษของทุจริตและคุณของสุจริต ดังเรื่องต่อไปนี้[๑]

นานมาแล้ว มีพ่อค้าสองคน ไปค้าขายในที่เดียวกัน พ่อค้าคนหนึ่งมีนิสัยพาลและโกง พ่อค้าอีกคนหนึ่งมีนิสัยดี ซื่อสัตย์ มาถึงบ้านหนึ่งเป็นเศรษฐีเก่าตกยาก อยู่กันสองคนยายและหลานสาว หลานอยากได้เครื่องประดับ แต่ไม่มีเงินซื้อ ยายจึงเอาถาดเก่าๆ มาให้พ่อค้าตีราคา ถาดนั้นฝุ่นจับเขรอะ จึงไม่เห็นเนื้อในว่าเป็นทองคำ

พ่อค้าโกงเอาไม้ขีดดูก็รู้ว่าเป็นถาดทองคำ แต่เพื่ออำพรางจึงบอกยายหลานว่า ถาดนั้นไม่มีราคาเลย พูดแล้วก็เหวี่ยงทิ้งไปเสีย ทำทีเป็นเดินออกไปเพื่อขายของเครื่องประดับของตนในที่อื่นต่อไป

เมื่อพ่อค้าโกงออกไปแล้ว พ่อค้าผู้ซื่อสัตย์และใจดีก็เข้ามาเด็กหญิงต้องการเครื่องประดับ เสนอถาดเก่าๆ ของตนแลกเปลี่ยนเหมือนเดิม พ่อค้าหยิบถาดขึ้นมาพิจารณาดู เห็นเป็นถาดทองคำมีราคาสูงมาก จึงบอกความจริงให้ยายหลานทราบพร้อมกับบอกว่าทรัพย์สินที่ตนมีอยู่ไม่พอกับราคาของถาดทองคำ เมื่อยายและหลานยืนยันจะขาย จึงได้มอบเงินและสิ่งของๆ ตนเป็นจำนวนมาก ให้ยายหลาน ตนถือเอาถาดทองคำไปว่าจ้างคนแจวเรือจ้างให้รีบพาตนไปฝั่งโน้นโดยเร็ว

---

[๑]เค้าเรื่องจาก *เสรีววณิชชาดก อปัณณกวรรค ทุกนิบาต*

ฝ่ายพ่อค้าโกงหวนกลับมา ทราบเรื่องราวทั้งหมดแล้ว เสียใจมาก ซ้ำถูกยายหลานด่าใส่หน้าอีกว่าเป็นคนโกง เขารีบตามพ่อค้าอีกคนหนึ่งไป แต่ช้าเสียแล้ว พ่อค้าคนดีไปถึงกลางแม่น้ำแล้ว เขาร้องให้กลับมาแต่พ่อค้าคนดีรู้ว่า ถ้ากลับมาอะไรจะเกิดขึ้น จึงไม่กลัว พ่อค้าคนโกงเสียใจจนอาเจียนเป็นโลหิตและถึงแก่ความตายอยู่ที่นั่นเอง

เรื่องนี้ยืนยันคำพังเพยไทยที่ว่า **"ซื่อกินไม่หมด คดกินไม่นาน"** หรือไม่ได้กินเลย อย่างพ่อค้าโกงในเรื่องนี้ เพราะฉะนั้นเป็นคนควรซื่อสัตย์สุจริตแม้กับผู้ด้อยกำลังกว่า คนโง่จะเป็นเหยื่อของคนฉลาดก็เฉพาะกับคนฉลาดแกมโกงเท่านั้น ถ้าคนฉลาดเป็นคนดีก็จะเป็นที่พึ่งของคนโง่ และพยายามทำคนโง่ให้ฉลาดขึ้น หรือรู้เท่าทันคนฉลาดแกมโกง คนพวกนั้นจะกระอักเลือดตายเหมือนพ่อค้าโกงในเรื่องนี้

คติของสัตบุรุษกับอสัตบุรุษไม่เหมือนกัน สัตบุรุษนิยมความดี อสัตบุรุษนิยมความชั่ว สัตบุรุษ (คนดี) อุปการะมิตร แต่อสัตบุรุษ (คนชั่ว) ตัดรอนน้ำใจมิตร ดังตัวอย่างเรื่องต่อไปนี้

เศรษฐีสองคนเป็นเพื่อนรักกัน คนหนึ่งชื่อสังขะ อยู่เมืองราชคฤห์ อีกคนหนึ่งชื่อปิลิยะ อยู่เมืองพาราณสี มีทรัพย์คนละ ๘๐ โกฏิ

คราวหนึ่ง ปิลิยเศรษฐีลงทุนทำการค้าอย่างหนึ่ง ขาดทุนย่อยยับหมดสิ้นเนื้อประดาตัว กลายเป็นคนขัดสนไร้ที่พำนักพักพิงจึงชวน

ภรรยาเดินทางด้วยเท้าไปหาเศรษฐีชื่อสังขะซึ่งเป็นเพื่อนกันอยู่เมืองราชคฤห์ เมื่อถึงแล้วได้ไปยังบ้านของสังขเศรษฐี

ท่านเศรษฐีเห็นแล้วดีใจ กุลีกุจอต้อนรับ-รับรองอย่างแข็งขันด้วยความเคารพนับถือ ให้เกียรติใน ๒ ฐานะ คือ ในฐานะแห่งอาคันตุกะ ๑ และในฐานะแห่งมิตร ๑

ล่วงไป ๒-๓ วันจึงถามปิลิยเศรษฐีว่า เพื่อนมีธุระพิเศษอะไรบ้างในการมาครั้งนี้ อาคันตุกะตอบว่า "เพื่อนเอ๋ย" ข้าพเจ้าประสบภัยสิ้นเนื้อประดาตัว จึงบากหน้ามาหา หวังเป็นที่พึ่ง ช่วยอุดหนุนด้วยเถิด"

สังขเศรษฐีพอทราบดังนั้นก็ปลอบโยนเพื่อนว่า "อย่าวิตกเลย ข้าพเจ้าจะช่วยเหลือท่านให้ตั้งตัวขึ้นได้ใหม่" ดังนี้แล้วให้เปิดคลังแบ่งเงินให้ ๔๐ โกฏิ (ครึ่งหนึ่งของตัว) นอกจากนี้ยังแบ่งของอื่นๆ อีกทั้งสวิญญาณกทรัพย์และอวิญญาณกทรัพย์อย่างละครึ่งให้ไปด้วยปิลิยเศรษฐีขนสมบัติทั้งปวงไปยังนครพาราณสีตั้งตัวได้ใหม่

ต่อมาไม่นานนัก ภัยทำนองเดียวกันเกิดขึ้นแก่สังขเศรษฐี เมื่อใคร่ครวญถึงที่พึ่งของตนก็เห็นว่าเคยมีอุปการะมากต่อปิลิยเศรษฐีและบัดนี้เขาก็ตั้งตัวได้แล้ว ถ้าไปขอความช่วยเหลือพักพิงก็คงไม่เสียความตั้งใจ

เขาชวนภรรยาออกจากนครราชคฤห์มุ่งไปเมืองพาราณสีเดินทางด้วยเท้าอย่างเดียวเท่านั้น เมื่อถึงพาราณสีแล้ว สังขเศรษฐีได้บอกภรรยาว่า เดินทางเข้าไปด้วยกันสองคนดูไม่เหมาะ ขอให้นางพักรออยู่นอกเมืองก่อน ค่อยเข้าไปพร้อมกับยานพาหนะอย่างดี ที่ตนจะส่งออกมารับพร้อมด้วยบริวาร สังขเศรษฐีหวังอย่างเต็มที่ว่าตนจะได้รับการต้อนรับอย่างดีจากเพื่อน แต่เขาคาดผิดไปถนัด เพราะพอปิลิยเศรษฐีทราบว่าสังขเศรษฐีผู้สหายมาหา เขาให้เชิญมาพบ แต่ไม่ได้ลุกจากที่นั่งเพื่อต้อนรับปราศรัย มิได้กระทำปฏิสันถารเลย เอ่ยถามทีเดียวว่า "มาทำไม?"

"ข้าพเจ้ามาเพื่อพบท่าน" สังขเศรษฐีตอบ

"ได้ที่พักที่ไหน?"

"ที่พักยังไม่มี แม่บ้านมาด้วย เวลานี้ข้าพเจ้าให้เธอพักอยู่ที่ศาลาหน้าเมือง" สังขเศรษฐีพูดเป็นทำนองเลียบเคียงขอที่พักอาศัย

ปิลิยเศรษฐีเข้าใจความประสงค์นั้น จึงกล่าวว่า

"ที่พักที่นี่ไม่มี แต่ข้าพเจ้าจะให้อาหารให้ท่านไปหุงต้มกันเองในที่ใดที่หนึ่ง สุดแล้วแต่ท่านจะชอบใจ และอย่าได้มาพบเราอีก"

เขาสั่งทาสให้มอบข้าวลีบจำนวนหนึ่งห่อชายผ้าของสังขเศรษฐีไป ความจริงวันนั้นปิลิยเศรษฐีให้คนฝัดข้าวสาลีสีแดงไว้ตั้งพันเกวียนใส่ยุ้งข้าวไว้เต็ม อีกประการหนึ่ง เขาเคยได้รับอุปการะจาก สังข-

เศรษฐีเมื่อคราวเขาตกยากมาแล้วอย่างดี แต่กระนั้นเขาก็ยังอกตัญญู เป็นมหาโจรอันน่ารังเกียจ ให้ข้าวลีบเพียงตุมพะ[๑] เดียวแก่เพื่อนได้

สังขเศรษฐีโพธิสัตว์ ทราบเรื่องนี้แล้วคิดว่า

"ผู้นี้เป็นอสัตบุรุษ ได้ทรัพย์ ๔๐ โกฏิจากเรา เมื่อเรามาหาสั่งให้ให้ข้าวลีบตุมพะเดียวแก่เรา เราควรรับหรือไม่หนอ ถ้าเราไม่รับก็เป็นการทำลายมิตรภาพ ถ้าเรารับข้าวลีบที่เขาให้ ก็จะสามารถดำรงมิตรภาพไว้ได้" ดังนี้แล้วห่อข้าวตุมพะหนึ่งนั้นด้วยชายผ้าลงจากปราสาทไปสู่ศาลาหน้าเมือง

ภรรยาเศรษฐีได้ทราบเรื่องนั้นแล้วร้องไห้ กล่าวว่า

"ท่านรับของเขามาทำไม มันควรกับทรัพย์ ๔๐ โกฏิและสวิญญาณกทรัพย์ อวิญญาณกทรัพย์อย่างละครึ่งที่เราให้แก่เขาหรือ"

เพราะเป็นผู้มีอัธยาศัยแห่งพระโพธิสัตว์ เศรษฐีจึงกล่าวว่า

"คนเขลาทำลายไมตรีเสีย เพราะไม่ยอมรับสิ่งของเล็กๆ น้อยๆ เพราะเหตุที่เราไม่อยากทำลายมิตรภาพจึงยอมรับข้าวเล็กน้อยที่เขาให้"

---

[๑] ตุมพะ เท่ากับ ๔ ทะนาน

ขณะที่ภรรยาเศรษฐีร้องไห้คร่ำครวญอยู่นั่นเอง ทาสคนงานที่สังขเศรษฐีให้ปิลิยเศรษฐีมาตั้งแต่สมัยโน้นเดินผ่านมา ได้ยินเสียงภรรยาของท่านเศรษฐีร้องไห้คร่ำครวญอย่างนั้นจึงถาม ทราบความตามที่เศรษฐีเล่าให้ฟังแล้วเศร้าสลดใจ จึงปลอบว่า

"นายอย่าเสียใจคร่ำครวญนักเลย พวกผมจะเลี้ยงนายเอง" ดังนี้แล้วพาไปยังเรือนของตน ให้อาบน้ำหอม ให้บริโภคอาหารเรียกพรรคพวกมาประชุมกัน ประกาศให้ทราบว่านายของตนมาแล้ว

พวกเขาปฏิบัติบำรุงเศรษฐีนายเก่าของตนอย่างดี ล่วงไป ๒-๓ วัน พอให้เศรษฐีหายอ่อนเพลียแล้วจึงเข้าเฝ้าพระราชากราบทูลเรื่องของสังขเศรษฐีและปิลิยเศรษฐีให้ทรงทราบ

พระราชารับสั่งให้เศรษฐีทั้งสองเข้าเฝ้า ตรัสถามถึงอุปการะที่สังขเศรษฐีให้แก่ปิลิยเศรษฐี และตรัสถามถึงปฏิการที่ปิลิยะให้แก่สังขะเพียงข้าว ๔ ทะนาน แต่ปิลิยะไม่กล้ากราบทูลอะไรคงนั่งนิ่งอึ้ง

พระราชาทรงทราบความจริงแล้ว ตรัสถามพวกอำมาตย์มนตรีว่า ควรทำอย่างไรแก่ปิลิยเศรษฐี อำมาตย์มนตรีกราบทูลว่าควรยึดทรัพย์สมบัติทั้งหมดของปิลิยะแล้วมอบให้แก่สังขะ

แต่สังขเศรษฐีกราบทูลว่า ตนไม่ต้องการทรัพย์ของผู้อื่น ต้องการเพียงทรัพย์ของตนคืนเท่านั้น พระราชาจึงสั่งให้มอบทรัพย์เท่าจำนวนที่สังขเศรษฐีเคยให้แก่ปิลิยเศรษฐีมาคืนแก่เขาทั้งหมด

เศรษฐีนั้นได้ทรัพย์และบริวารแล้วกลับสู่นครราชคฤห์ ทำบุญให้ทานตามอัธยาศัยของตน

ในเรื่องนี้มีข้อคิด หรือคติอยู่หลายอย่าง เช่น

๑) คนดีเช่นสังขเศรษฐีก็มีเวลาตกยากเหมือนกัน แต่คนดีจริงมักจะตกยากไม่นาน มักจะมี ผู้ช่วยเหลือให้พ้นทุกข์ เพราะคนดีได้ช่วยเหลือคนอื่นมามาก อานิสงส์นั้นย่อมมาสนองตนเมื่อคราว คับขัน

๒) คนอกตัญญู เมื่อได้รับสงเคราะห์เอื้อเฟื้อจากผู้อื่นแล้วเมื่อถึงคราวจะต้องสงเคราะห์ตอบแทนบ้างก็มักเฉยเสีย ไม่ยอมทำเป็นผู้ตัดรอนมิตร ตัดรอนอุปการะที่ผู้อื่นทำแก่ตน ฉะนั้นจะหวังอะไรจากคนอกตัญญูนักไม่ได้

๓) คนต่ำต้อย เช่น ทาสและกรรมการ ซึ่งเราเคยอุปการะมาด้วยดีนั้น เมื่อถึงคราวจำเป็นเขาก็เป็นที่พึ่งของ "เศรษฐี" ได้เหมือนกัน ฉะนั้น จึงไม่ควรดูหมิ่นผู้ต่ำต้อยว่าไม่เป็นประโยชน์แก่ตน ดูแต่เรื่องราชสีห์ กับหนูในนิทานนั่นเถิด หนูยังช่วยให้ราชสีห์ปลอดภัยได้

๔) พระราชาที่ทรงธรรม ย่อมเป็นที่พึ่งของผู้มีทุกข์ การสนับสนุนผู้มีทุกข์ การสนับสนุนผู้มีธรรมให้ครองเมือง จึงเท่ากับการช่วยเหลือตนเอง

๕) สตรี (เช่น ภรรยาของเศรษฐี) เมื่อได้รับการตอบแทนอันไม่สมควรแก่อุปการะที่ตนเคยทำให้แก่ผู้อื่น ก็ไม่ยอมรับการตอบแทนเสีย

เลย ส่วนผู้ชายมักไม่ค่อยทำอย่างนั้น มักจะทำอย่างที่ สังขเศรษฐีทำ

บางคนได้รางวัลเพราะซื่อตรง บางคนเสื่อมจากรางวัลเพราะไม่ซื่อตรง ดังเรื่องต่อไปนี้

ในอดีตกาล อาจารย์ทิศปาโมกข์ต้องการมอบลูกสาวของตนให้แก่ศิษย์คนใดคนหนึ่ง แต่ศิษย์นั้นต้องเป็นผู้มีศีล เมื่อหาอุบายอย่างหนึ่งได้แล้ว จึงให้ศิษย์ทั้งปวงมาประชุมกันแล้วบอกว่า จะจัดการแต่งงานบุตรีแก่มาณพคนใดคนหนึ่ง แต่อยากได้ผ้าและอลังการเพื่อบุตรีก่อน ขอให้มาณพแต่ละคนไปขโมยผ้าและเครื่องอลังการของพ่อแม่หรือญาติพี่น้องมา

มาณพเหล่านั้นรับคำแล้วพากันไปขโมยผ้าและเครื่องอลังการของพ่อแม่ญาติพี่น้องมา แต่มาณพคนหนึ่งกลับมามือเปล่าไม่ได้อะไรมาเลย เมื่ออาจารย์ถามจึงเรียนให้อาจารย์ทราบว่า

นตฺถิ โลเก รโห นาม　　ปาปกมฺมํ ปกุพฺพโต
ปสฺสนฺติ วนภูตานิ　　ตํ พาโล มญฺญเต รโห
อหํ รโห น ปสฺสามิ　　สุญฺญํ วาปี น วิชฺชติ
ยตฺถ สุญฺญํ น ปสฺสามิ　　อสุญฺญํ โหติ ตํ มยา

ที่ลับสำหรับผู้ทำบาปกรรมไม่มีในโลกนี้ คนพาลเข้าใจว่าป่าเป็นที่ลับ แต่ในป่าก็ยังมีคนเห็น ข้าพเจ้าไม่เห็นที่ลับ หรือว่าที่ว่างเลย ที่ใดว่างจากคนอื่น ที่นั้นก็ยังไม่ว่างจากตัวข้าพเจ้าเอง ความลับจึงไม่มีในโลก

อาจารย์ทิศาปาโมกข์ได้ฟังดังนั้นแล้วเลื่อมใส ชอบใจในคำของพระโพธิสัตว์ จึงกล่าวว่า

"มาณพเอย! ทรัพย์สมบัติในเรือนของเราจะไม่มีให้บุตรก็หามิได้ แต่เราทำอย่างนั้นเพื่อทดลองศีลของพวกเจ้า ธิดาของเราเหมาะสมแก่ผู้มีศีลมีสัตย์เช่นเธอ ส่วนมาณพอื่นๆ จงเอาของที่ขโมยเขามาไปคืนให้เจ้าของเสีย"

มานพผู้เป็นบัณฑิตได้สตรีสาวธิดาของอาจารย์ เพราะเป็นผู้มีศีลมีสัตย์

ผู้ที่จะเป็นพ่อตาแม่ยายในสมัยนี้ น่าจะทดสอบหนุ่มที่มาติดพันลูกสาวหลานสาวของตนบ้างโดยวิธีใดวิธีหนึ่ง เพื่อให้คนดีมีศีลมีสัตย์มาเป็นลูกเขยหรือลูกสะใภ้ ดังเช่นเศรษฐีทดสอบหญิงที่จะมาเป็นลูกสะใภ้ในอนาคตของตนโดยตั้งปัญหาว่า

"มีปลาอยู่ตัวหนึ่ง ทำอย่างไรจึงจะให้กินได้ตลอดปี?"

บางคนตอบว่า ให้ทำเป็นปลาเค็มไว้เป็นต้น มีสตรีคนหนึ่งเป็นผู้ฉลาดตอบว่า เมื่อแกงปลาตัวนั้นแล้ว ควรแบ่งไปให้เพื่อนบ้านบ้างตามสมควร เมื่อเราให้เขา เมื่อเขามีอะไรก็นึกถึงเรา เอามาให้ เราบ้าง

ถ้อยทีถ้อยอาศัยกัน เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่กัน เป็นทางสมานไมตรีต่อกัน เพราะปลาตัวเดียวอันเป็นเครื่องเชื่อมโยงนั้น ทำให้มีสายสัมพันธ์กันต่อไปไม่สิ้นสุด อาจปี ๒ ปี ๓ ปี หรือตลอดชีวิตก็ได้

เศรษฐีพอใจในคำตอบของเธอ จึงสู่ขอมาเป็นลูกสะใภ้ของตน ส่วนสตรีอื่นๆ สอบตกหมด

ขอกล่าวไว้ในที่นี้ด้วยว่า การนำคนเข้าสู่สกุลและการไปเข้าสู่สกุลเนื่องด้วยการแต่งงานนั้น มีความสำคัญอย่างยิ่งยวด เขยหรือสะใภ้ที่เข้ามาใหม่ทำให้พ่อแม่พี่น้องแตกกันมามากต่อมากแล้วบางรายเขยหรือสะใภ้ไม่ดี บางรายเขยสะใภ้ดี แต่พ่อแม่พี่น้องของสกุลนั้นไม่ดี ก็คงเข้ากันไม่ได้อยู่นั่นเอง ต้องทนอยู่กันไปอย่างพะอืดพะอม เหมือนลงไปในทะเลคว้าเอาคองูเข้า จะกอดไว้ต่อไปก็สะอิดสะเอียน จะปล่อยก็กลัวมันกัด บางรายที่มีความอดทนน้อยไม่สามารถออมปากออมคำไว้ได้ต้องทะเลาะลุกลามใหญ่โตออกไปถึงกับตัดญาติขาดมิตร และเลิกร้างกันไปก็มี เดือดร้อนที่คนกลางจะถือข้างญาติก็เสียสามีหรือภรรยา จะถือข้างสามีหรือก็ต้องเสียญาติ แต่ในที่สุดก็ต้องเลือกเอาข้างใด ข้างหนึ่ง

ผู้ชายที่แต่งงานใช่ว่าได้หญิงคู่ครองดีแล้วจะมีความสุขก็หาไม่ ถ้าญาติๆ ของภรรยาไม่ดี และมีความจำเป็นต้องไปอยู่ร่วมกัน หรือใกล้กันไม่ได้ต้องมีเรื่องเดือดร้อน ยิ่งผู้หญิงเข้าสู่สกุลผู้ชาย ถ้าเข้ากันไม่ได้กับญาติๆ ของฝ่ายชายเพราะเหตุใดเหตุหนึ่งก็ยิ่งเดือดร้อนหนัก

คนโบราณท่านรู้เรื่องนี้ ท่านรอบคอบ ท่านจึงพยายามสอบสวนทวนต้นชนปลายเรื่องตระกูลของฝ่ายชายหรือฝ่ายหญิงก่อนที่จะให้ลูกแต่งงาน

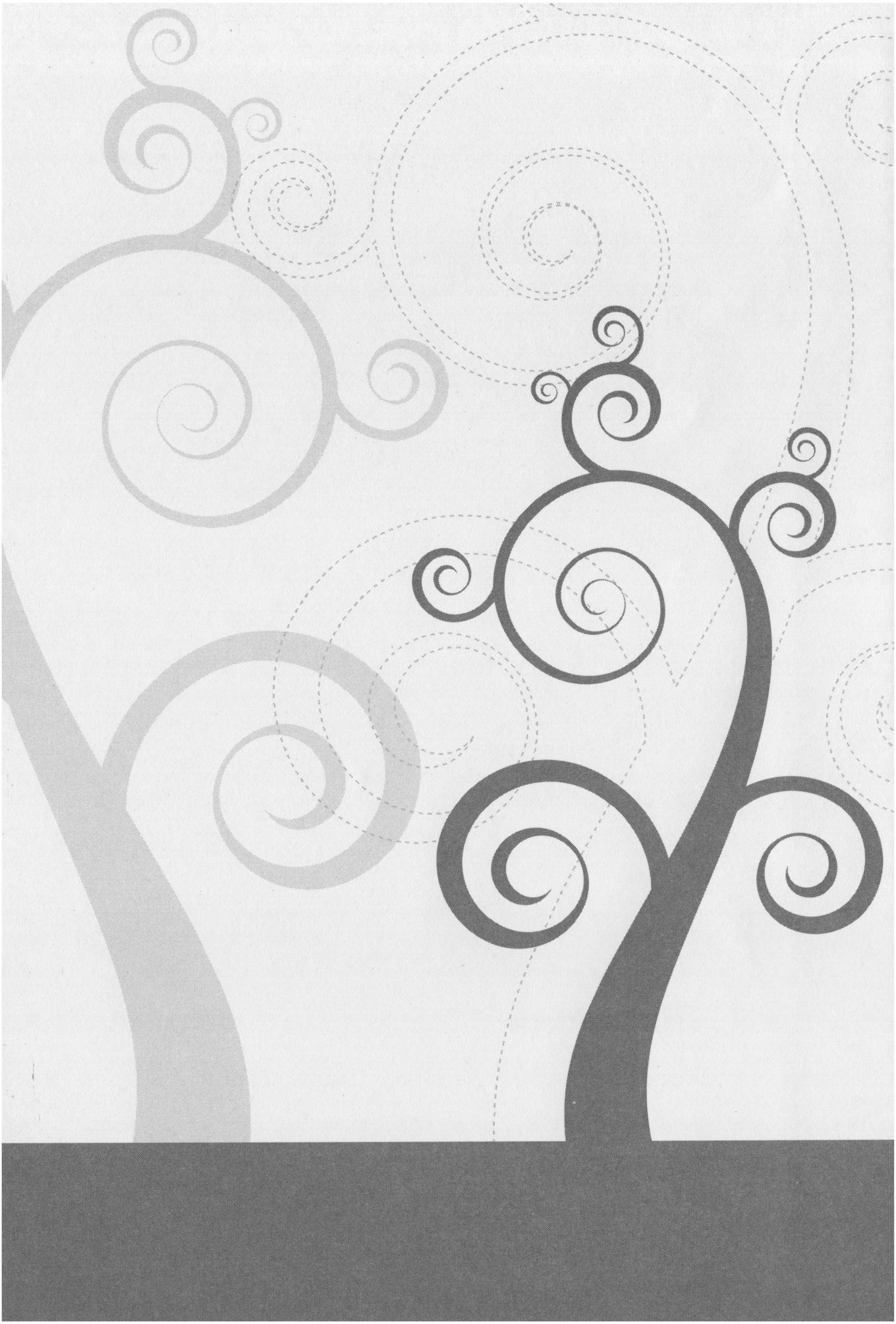
อนึ่ง มนุษย์เรา (ใครจะเชื่อหรือไม่ก็ตาม) มีเรื่องประหลาดอยู่อย่างหนึ่ง คือ มีทั้งธาตุที่เข้ากันไม่ได้ และเข้ากันได้ ถ้าธาตุเข้ากันได้ก็นิยมชมชอบกันได้อย่างรวดเร็ว ดื่มด่ำในอัธยาศัยของกันและกันทำอะไร พูดอะไร ก็ถูกอกถูกใจ แต่คนที่ธาตุเข้ากันไม่ได้ มันให้รู้สึกขวางหูขวางตาไปหมด ทำอะไรก็ไม่ถูกใจ พูดอะไรก็ไม่ถูกหู ทำความดีให้ก็รำคาญ ถ้าอย่างนี้ขืนอยู่ร่วมกันต่อไปก็รังแต่จะสร้างเวรให้แก่กัน แม้ไม่ทางกาย ทางวาจา ก็ทางใจ

เดินทางผิด พอรู้ตัวก็กลับเดินให้ถูกได้ ปลูกเรือนผิดคิดดัดแปลงแก้ไขได้ แต่การเข้าสู่สกุลผิด ทำให้ต้องเสียอนาคตไปทั้งชีวิตทีเดียว

การแต่งงานมีทั้งคุณและโทษ บางคนแต่งงานสร้างอนาคต บางคนแต่งงานทำลายอนาคต แต่การแต่งงานจะเป็นอย่างไรก็ตามคนที่ยังไม่แต่งงานก็อยากแต่งแทบทุกคน คนที่แต่งแล้วอยากเลิกแต่เลิกได้จริงหรือ? พอเลิกไปสักพักหนึ่งก็อยากแต่งอีก นึกว่าคราวนี้จะเลือก ให้ดีที่สุด แต่ส่วนมากก็จะไม่ได้อย่างใจนึก เรื่องคนในอยากออก คนนอกอยากเข้า มีอยู่เสมอไม่หมดสิ้นไปได้

ย้อนกล่าวถึงเรื่องอาจารย์ทิศาปาโมกข์ทดสอบหาลูกเขยเลือกที่

มีศีลธรรมมาเป็นลูกเขยแล้ว ทำให้คิดต่อไปว่า รัฐบาลจะรับคนเข้าทำงานราชการ น่าจะคิดวิธีทดสอบความซื่อสัตย์กันบ้างไม่เพียงแต่สอบข้อเขียน สอบสัมภาษณ์ในทางวิชาการอย่างเดียวถ้าเราได้คนที่ซื่อสัตย์เข้าไปทำงานมากๆ ประเทศชาติคงจะเจริญไปได้มากกว่าที่เป็นอยู่ในเวลานี้ (ถ้าเข้าไปสุจริต จะไปหัดโกงเอาภายหลัง เมื่อเห็นตัวอย่างรุ่นพี่ๆ เขาโกงกันก็จนใจ)



๕

ความปรารถนาให้ผู้อื่นเป็นสุข (เมตตา)

เมตตา คือ ความปรารถนาดีต่อผู้อื่น มีไมตรีจิตต่อคนและสัตว์ทั้งหลายทั่วหน้า จัดเป็นแหล่งเกิดแห่งความสุขอีกอย่างหนึ่งทั้งแก่ตนเองและผู้อื่น ผู้มุ่งเจริญในธรรมพึงหมั่นเจริญอบรมเมตตาให้เกิดในใจอยู่เสมอ เพราะเมตตากรุณาเป็นที่อยู่อันประเสริฐของใจ (พรหมวิหารธรรม)

๕.๑ วิธีเจริญเมตตาพรหมวิหาร

ผู้จะเจริญเมตตาพรหมวิหาร พึงอยู่ในที่สงัด (ถ้าเป็นไปได้) แม้ไม่ได้ที่สงัดก็เจริญเมตตาได้ แต่อาจทำได้เพียงขณิกสมาธิ (ความสงบชั่วขณะ) เมื่อเตรียมตัวพร้อมแล้ว พึงพิจารณาถึงโทษของโทสะและ

พิจารณาให้เห็นคุณของเมตตา ทำจิตให้อ่อนโยนแล้วแผ่เมตตาถึงตนเองก่อนว่า "ขอเราจงมีความสุข ปราศจากทุกข์เถิด" ทั้งนี้เพื่อเอาตนเป็นพยานว่า เรารักสุขเกลียดทุกข์ฉันใด คนอื่น สัตว์อื่นก็รักสุขเกลียดทุกข์ฉันนั้น

ต่อจากนั้น พึงแผ่เมตตาไปถึงท่านผู้มีอุปการคุณ เช่น มารดาบิดา ครู อาจารย์ เป็นต้น แล้วแผ่ไปยังคนที่ตนรัก คนที่เฉยๆ และคนที่เป็นศัตรูคู่เวรต่อกัน

ในการแผ่เมตตาให้ศัตรูคู่เวรนั้น อาจมีอุปสรรคมาก ยากที่จะทำใจให้ละมุนละไมได้ พอนึกถึงคนเช่นนั้นความเคียดแค้นชิงชังจะเกิดขึ้นเสียก่อน ถ้าเป็นดังนั้น พึงปฏิบัติดังนี้ คือ

๑) ระลึกถึงเนือง ๆ ซึ่งพระโอวาทของพระศาสดาที่ตรัสถึงโทษของความโกรธและความพยาบาท ถ้ายังไม่หายพึงปฏิบัติในข้อ ๒

๒) พึงระลึกถึงพระจริยาของพระศาสดาทั้งในอดีตและปัจจุบันที่ทรงอดทน อดกลั้น ถ้ายังไม่หายพึงทำตามข้อ ๓

๓) พึงระลึกถึงความสัมพันธ์กันในอดีตระหว่างที่ท่องเที่ยวอยู่ในสังสารวัฏว่า อาจเคยเป็นมารดาบิดาเป็นต้นกันมา ถ้ายังไม่หายโกรธเกลียดพึงปฏิบัติตามข้อ ๔

๔) พึงระลึกถึงอานิสงส์แห่งเมตตา ๑๑ ประการที่พระพุทธองค์ทรงแสดงไว้ ถ้ายังไม่หายพึงปฏิบัติตามข้อ ๕

๕) แยกธาตุ เช่น เราโกรธเกลียดอะไรเขา คนทุกคนเป็นประมวลแห่งดิน น้ำ ไฟ ลม เราเกลียดอะไร เกลียดดินอะไร เกลียดดินหรือน้ำ ไฟ หรือลม เป็นต้น ถ้ายังไม่หายพึงปฏิบัติตามข้อ ๖

๖) พึงให้ของแก่เขา หรือรับของจากเขา ก็จะทำให้จิตใจอ่อนโยนลงได้

เมื่อใจสงบลงแล้ว พึงแผ่เมตตาให้มีขอบเขตกว้างขวางออกไป คือทำใจให้สม่ำเสมอในคนทุกจำพวก คือ ตัวเราเอง คนที่เรารัก คนที่เฉยๆ และคนที่เป็นศัตรูคู่เวรกัน ท่านเรียกเมตตาชนิดนี้ว่าเมตตาสีมสัมเภท แปลว่า ทำลายแดน ไม่มีเขตแดน มีเมตตาเสมอกันในคนทั้งปวง จิตอย่างนี้เป็นจิตที่ไม่มีเขตแดน มีเมตตาเสมอกันในคนทั้งปวง จิตอย่างนี้เป็นจิตที่มีความสุขอย่างยิ่ง

การแผ่เมตตามีอยู่ ๒ วิธี คือ แผ่เจาะจง (โอธิสสผรณา) เช่น ออกชื่อว่า "ขอให้....(ออกชื่อ) มีความสุข อย่าได้มีเวรต่อกัน อย่าได้เบียดเบียนกัน" อีกอย่างหนึ่งคือ แผ่ไม่เจาะจง (อโนธิสสผรณา) คือ แผ่รวมๆ เช่น "ขอสัตว์ทั้งหลาย ขอบุคคลทั้งหลาย จงมีความสุข อย่าได้มีเวรต่อกัน อย่าได้เบียดเบียนกันเลย" ดังนี้เป็นต้น

๕.๗ อานิสงส์ของเมตตา

ผู้เจริญเมตตาพึงระลึกถึงอานิสงส์ของเมตตาบ่อยๆ และแผ่เมตตาไปในสรรพสัตว์ ให้ระลึกถึงอานิสงส์ของเมตตาตามที่พระพุทธเจ้าได้ทรงแสดงไว้ แต่**ผู้ที่เจริญเมตตาแล้วจะได้อานิสงส์ ๑๑ ประการนี้ จะต้องเป็นเมตตาเจโตวิมุติ คำว่า "เจโตวิมุติ" หมายถึงว่า เป็นอัปปนา คำว่า อัปปนา คือได้ถึงขั้นฌาน ถ้าได้เจริญเมตตาจนถึงได้ฌานเพราะมีเมตตาเป็นอารมณ์ ก็จะได้อานิสงส์ ๑๑ ประการ ครบถ้วนเต็มรูปเต็มบริบูรณ์**

ถ้าเจริญเมตตาไม่ถึงขั้นฌาน เจริญเมตตาอย่างคนธรรมดาจะได้อานิสงส์เหมือนกัน แต่อานิสงส์จะเพลาลง ไม่เต็มรูป เหมือนกับว่าเรามีคุณสมบัติพร้อม ถ้ามีคุณสมบัติไม่พร้อมอานิสงส์ที่ได้ก็กระพร่องกระแพร่งหน่อย แต่ก็ได้ตามสมควรแก่การปฏิบัติ ท่านแสดงอานิสงส์ของเมตตา คือ

ข้อที่ ๑ หลับเป็นสุข (สุขํ สุปติ)

คนมีเมตตา ไม่อาฆาตพยาบาท ไม่จองเวรใคร ไม่เคียดแค้นชิงชังใคร เวลานอนก็ไม่มีอารมณ์เครียดแค้นชิงชังใครค้างอยู่ มันก็นอนหลับสบาย ถ้าไม่เป็นโรคอย่างหนึ่งที่เรียกว่าโรคนอนไม่หลับ

ข้อที่ 2 ตื่นเป็นสุข (สุขํ ปฏิพุชฺฌติ)

เมื่อไม่ได้มีจิตใจคิดร้าย ไม่มีจิตใจอาฆาตพยาบาทผู้ใด ตื่นขึ้นมามองไปทิศไหนก็เห็นแต่มิตร ตัวอย่างที่ท่านบอกว่า ถ้าเรามีเมตตามองไปทางไหนก็ไม่มีศัตรู แต่ถ้าเราไม่มีเมตตา มีความโกรธเคืองขุ่นแค้น มองไปทางไหนก็มีแต่ศัตรู เพราะฉะนั้นคนที่มีเมตตาตื่นอยู่ก็เป็นสุข

มีเทคนิคพิเศษ มีเคล็ดลับนิดหน่อยสำหรับผู้ที่ตื่น ท่านบอกว่า เมื่อตื่นขึ้นมาใหม่ๆ สิ่งแรกที่คิดให้คิดถึงสิ่งที่ดีๆ อย่าไปคิดในสิ่งร้าย เวลาจะพูดออกมาก็พูดแต่ในสิ่งที่ดี ให้เปล่งวาจาดีเอาไว้ก่อนเวลาที่ตื่นขึ้นมา เช่น วันนี้เป็นวันที่เป็นมงคล วันนี้เป็นวันแห่งความสุข วันนี้เป็นวันดี หรือจะสวดคำบาลีก็ดี เช่น ทุกฺขปฺปตฺตา จ นิทฺทุกฺขา ขอสัตว์ทั้งหลายผู้มีทุกข์จงพ้นทุกข์ ภยปฺปตฺตา จ นิพฺภยา ขอสัตว์ทั้งหลายผู้มีภัยจงพ้นภัย โสกปฺปตฺตา จ นิสฺโสกา โหนฺตุสพฺเพปิ ปาณิโน ขอสัตว์ทั้งหลายผู้มีโศกจงพ้นโศก สวดบทนี้ก็ได้เป็นการแผ่เมตตา ขอสัตว์ทั้งหลายผู้มีทุกข์จงพ้นทุกข์ ขอสัตว์ทั้งหลายผู้มีภัยจงพ้นภัย ขอสัตว์ทั้งหลายผู้มีโศกจงพ้นโศก อย่างนี้ก็เป็นการปรารถนาดีแก่ผู้อื่น ส่งความปรารถนาดีไปให้สัตว์ทั้งหลายที่อยู่รอบๆ ตัวเรา

เมื่อเราส่งความปรารถนาดี สิ่งที่ดีงามออกไปจากตัว สิ่งที่เข้ามาหาตัวก็จะเป็นสิ่งที่ดีเหมือนกัน แต่ถ้าตื่นเช้าขึ้นมาเราก็พูดสิ่งที่ไม่เป็นมงคล พูดสิ่งที่ไม่ดีเป็นคำแรก แล้วคิดแต่สิ่งที่ไม่ดีต่อคนอื่น ความ

ไม่ดีนั้นจะกลับมาถึงตัวผู้คิด ผู้พูด เพราะฉะนั้นเรื่องนี้ท่านสอนให้ระวัง ก่อนนอนก็เหมือนกันก่อนนอนให้คิดแต่สิ่งที่ดี พูดแต่สิ่งที่ดี ท่านจึงให้สวดมนต์ก่อนนอนเล็กน้อย เช่น

อรหํ สมฺมาสมฺพุทฺโธ ภควา พุทฺธํ ภควนฺตํ อภิวาเทมิ,

สฺวากฺขาโต ภควตา ธมฺโม ธมฺมํ มนสฺสามิ

สุปฏิปนฺโน ภควโต สาวกสงฺโฆ สงฺฆํ นนามิ

แล้วกราบบูชาคุณของพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ มารดา บิดา ครูบาอาจารย์ ผู้มีพระคุณทั้งหลาย กราบ ๖ ครั้ง แล้วก็นอน นอนก็นอนเป็นสุข ตื่นขึ้นมาก็มองเห็นแต่สิ่งที่เป็นสิริมงคล มีหรือไม่มีก็ตามใจ แต่เราจงใจตัวเองให้เป็นอย่างนั้น พูดในสิ่งที่เป็นมงคลในคำแรกๆ ที่ตื่นขึ้นมา คิดแต่สิ่งที่เป็นมงคล ทำแต่สิ่งที่เป็นมงคล อย่างนี้มงคลก็เข้าตัว สิ่งที่ดีก็เข้าตัว เพราะมันออกไปจาก ตัวเรา สิ่งที่จะเข้ามาก็เข้ามาแต่สิ่งที่ดี อันนี้ก็ได้อานิสงส์ของเมตตา ๒ อย่าง คือ หลับเป็นสุข ตื่นเป็นสุข

ข้อที่ 3 ไม่ฝันร้าย (น ปาปกํ สุปินํ ปสฺสติ)

ที่นี้คนที่นอนหลับก็ฝันบ้าง บางคืนฝันมาก บางคืนฝันน้อย บางคืนไม่ฝันเลยก็มี แต่ส่วนมากฝัน ท่านบอกว่า ผู้ที่เจริญเมตตา จะไม่ฝันร้าย ไม่ฝันชั่ว ไม่ฝันในสิ่งร้ายๆ ลองดูสาเหตุของความฝันที่ท่าน

กล่าวไว้ในคัมภีร์ทางพุทธศาสนา อย่างน้อย ๔ อย่าง

๑) *กรรมนิมิต* หมายความว่า กรรมดีกรรมชั่วที่เคยทำเอาไว้จะมาให้ผล โดยมาปรากกฎในความฝันก่อน เหมือนกับนกที่บินอยู่ในอากาศ แต่เงาของมันมาปรากฏที่ดิน หรือนกจับอยู่บนกิ่งไม้ แต่เงาปรากฏอยู่ที่ดิน คือตัวนกยังมาไม่ถึง เงามันมาก่อน อีกสักพักหนึ่งตัวนกจะบินร่อนลงมาที่ต้นไม้หรือที่ดิน กรรมนิมิต คือ กรรมที่เราเคยทำไว้ เป็นกรรมดีบ้าง กรรมชั่วบ้าง ก็ตามจะมาให้ผลทำให้ฝันไปอย่างนี้ พระพุทธเจ้าก่อนจะตรัสรู้ก็เป็นเหมือนกัน ฝันหลายข้อและทรงแก้เอง อันนี้จะไม่ขอนำมาเล่าในที่นี้

๒) *จิตอาวรณ์* คือ กลางวันคิดถึงเรื่องอะไรมาก อาลัยอาวรณ์ถึงเรื่องอะไรมาก ก็เอาเรื่องนั้นมาฝันได้ เช่น คิดถึงใครมาก อาจจะฝันถึงคนนั้นก็ได้ หรือกังวลหมกมุ่นในเรื่องอะไร คิดถึงเรื่องนั้นมาก ก็เก็บมาฝันเวลากลางคืน อันนี้เรียกว่า จิตอาวรณ์

๓) *เทพสังหรณ์* (เทวโตปสํหรณโต) แปลว่า การนำเข้าไปของเทวดา เทวดานำข่าวมาบอก ไม่ใช่สังหรณ์แบบที่คนไทยเข้าใจในภาษาชาวบ้านทั่วไป ที่พูดกันอยู่ว่าสังหรณ์ๆ เป็นการนึกไปว่าอาจจะโชคดี หรือโชคร้าย ส่วนคำว่า เทพสังหรณ์ สํหรณ หรืออุปสํหรณ แปลว่า นำเข้าไป เทวดานำข่าวไปบอก จะเป็นข่าวดีหรือข่าวร้าย เทวดาผู้หวังดีนำข่าวร้ายมาบอกให้เตรียมตัว หรือเทวดาที่เคยเป็นมิตร เป็นสหาย เป็นผู้มีอุปการะต่อกัน ได้ทราบข่าวดีแล้วก็นำข่าวดีมาบอกล่วง

หน้า แต่จะบอกตรงๆ ให้เห็นหน้า คนจะหนีหมด ก็เลยนำมาบอกในเวลาหลับ แล้วกลายเป็นความฝัน อันนี้ เรียกว่า เทพสังหรณ์

๔) *ธาตุกำเริบ* คือ กินอะไรต่ออะไรเข้าไป ท้องขึ้น ท้องเฟ้อ ปวดท้อง ลำไส้ไม่ดี ท้องไม่ดี ธาตุไม่ดี ธาตุกำเริบ ก็ฝันได้เหมือนกัน ฝันเลอะเทอะไป

เมื่อคนเจริญเมตตาจะได้อานิสงส์อีกข้อ คือ ข้อที่ 3 ไม่ฝันร้าย

ข้อที่ 4 เป็นที่รักของมนุษย์ (มนุสฺสานํ ปิโย โหติ)

คนมีเมตตา มีจิตใจอ่อนโยนต่อเพื่อนมนุษย์ เมื่อเรามีกิริยาอาการอย่างนั้น มีความเอื้ออาทรต่อเพื่อนมนุษย์ เพื่อนมนุษย์ทั้งหลายได้รับความเอื้ออาทรของเรา ก็มีความเอื้ออาทรตอบ มีมิตรจิตมิตรใจตอบ ปลูกอื่นใดปลูกไมตรีดีกว่าพาล ถ้าเราปลูกไมตรีต่อเพื่อนมนุษย์เราก็ได้ไมตรีตอบ ถ้าเราปลูกเวรภัยกับเพื่อนมนุษย์เราก็ได้รับเวรภัยกลับมา เมตตาก็คือไมตรีนั่นเอง ไมตรีหรือเมตตาเป็นรากศัพท์อันเดียวกัน ถ้าเราปลูกเมตตา ปลูกไมตรี เราก็ได้รับไมตรี เหมือนเราปลูกต้นไม้ก็ได้ต้นไม้ ถ้าปลูกต้นไม้ที่มีพิษ มันก็มีพิษ ปลูกต้นไม้หอม มันก็มีกลิ่นหอมออกมา ดอกหอมบ้างลำต้นหอมบ้าง แก่นหอมบ้าง แล้วแต่ชนิดไหน เพราะฉะนั้นผู้มีเมตตาก็เป็นที่รักของมนุษย์

ข้อที่ 5 เป็นที่รักของอมนุษย์ (อมนุสฺสานํ ปิโย โหติ)

นอกจากมนุษย์แล้ว นอกนั้นก็เป็นอมนุษย์ อย่างเช่นสัตว์เดรัจฉานก็เป็นอมนุษย์เหมือนกัน สัตว์เดรัจฉานนี่เห็นง่าย อย่างสุนัข แมว ช้าง ม้า วัว ควาย สัตว์ทุกชนิด แม้แต่จิ้งจก ตุ๊กแก สัตว์เล็กๆ มันก็รู้ รู้ว่าใครมีไมตรีต่อมัน ใครไม่มีไมตรีต่อมัน ที่มีไมตรีต่อมัน มันก็รัก โดยเฉพาะอย่างยิ่งสุนัขเป็นเพื่อนของมนุษย์ และรักมนุษย์มากถ้ามนุษย์ทำดีต่อมัน แม้แต่แมว ถ้าเลี้ยงมันแล้วละก็พอเจ้าของมันเดินมา มันก็มาเคล้าแข้งเคล้าขาแสดงความรัก แสดงความสนิทสนม แต่ถ้าใครไม่ชอบมัน ไล่มัน เตะมัน เจอเข้ามันก็วิ่งหนี ทั้งสุนัขทั้งแมว

นอกจากเดรัจฉานแล้ว ก็ยังมีเทวดา เทวดาก็เป็นอมนุษย์เหมือนกัน คนที่มีเมตตา เป็นที่รักของเทวดา เป็นที่เทวดารัก ก็จะได้รับความสุขความเจริญได้พบแต่สิ่งที่เจริญ

ข้อที่ 6 เทวดาทั้งหลายย่อมรักษา (เทวตา รกฺขนฺติ)

เบื้องแรกเราต้องยอมรับกันก่อนว่าเทวดามีจริง ถ้าเราไม่ยอมรับเรื่องเทวดาก็ไม่ต้องพูดกันเรื่องเทวดารักษา เหมือนกับว่าเราไม่เชื่อเรื่องพ่อแม่มีบุญคุณ ก็ไม่ต้องพูดกันว่าพ่อแม่มีบุญคุณอย่างไรเพราะเบื้องต้นไม่เชื่อเสียแล้วว่าพ่อแม่มีบุญคุณ หรือครูบาอาจารย์มีบุญคุณ ถ้าเราไม่ยอมรับว่าครูบาอาจารย์มีบุญคุณต่อเรา ก็ไม่ต้องพูดกันว่า

ครูบาอาจารย์มีบุญคุณต่อเราอย่างไร ไม่ต้องวิเคราะห์วิจารณ์ให้เสียเวลา เพราะได้ปฏิเสธไปตั้งแต่ต้นแล้ว

เพราะฉะนั้น ในเบื้องแรกต้องยอมรับก่อนว่ามีเทวดา โอปปาติกะ พวกพรหม เป็นพวกที่มองไม่เห็นด้วยตาเนื้อ จะมองเห็นได้ด้วยตาทิพย์ ถ้ายอมรับอันนี้แล้ว ก็พูดกันต่อไปได้ในเรื่องเทวดารักษา การปฏิเสธ โอปปาติกะ อันนี้เป็นข้อหนึ่งในมิจฉาทิฏฐิ ๑๐ นตฺถิ โอปปาติกา โอปปาติกะไม่มี หมายถึง ปฏิเสธโลกนี้ โลกหน้าปฏิเสธเทวดา เบื้องแรกสมมติว่าเรายอมรับกันว่ามีเทวดา ต่อไปจึงพูดกันได้ว่าเทวดารักษา

ในพุทธศาสนสุภาษิต พูดรวมๆ ว่าเป็นภาษิตทางพุทธศาสนามีอยู่เป็นจำนวนมากที่ท่านพูดถึงเทวดา เทวดารักษา อย่างในอานิสงส์ของเมตตา ก็พูดถึง เทวดา รกฺขนฺติ เทวดาย่อมรักษา มีพระพุทธภาษิตอยู่หลายแห่งที่พูดถึงทำนองนี้ เช่น ผู้ที่ใช้ทรัพย์ไปเพื่อประโยชน์แก่คนหมู่มาก เทวดาย่อมรักษาเขา ผู้ซึ่งธรรมคุ้มครองแล้ว (หิโต พหุนฺนํ ปฏิปชฺช โภเค ตํ เทวตา รกฺขนฺติ ธมฺมคุตฺตํ) คือ ธรรมที่ได้บริจาคทรัพย์ ใช้ทรัพย์ไปเพื่อประโยชน์คนหมู่มาก ธรรมอันนั้นแหละช่วยคุ้มครองและเทวดาก็รักษา และเขายังเป็นพหูสูต (พหุสฺสุตํ สีลวตูปปนฺนํ) ได้สดับตรับฟังมากสมบูรณ์ด้วยศีลและวัตร เป็นผู้ที่มีศีลและวัตรดี มีความประพฤติดีมีข้อปฏิบัติที่เกี่ยวกับจารีตประเพณีเกี่ยวกับวัตรต่างๆ นั้นดี เมื่อเป็นดังนี้ก็ได้ธรรมคุ้มครองได้เทวดารักษา

ในที่บางแห่งพระพุทธเจ้าได้ตรัสว่า

ตา ปูชิตา ปูชยนฺติ	เทวดาที่บุคคลผู้นั้นบูชาแล้ว จะบูชาเขาตอบ
มานิตา มานยนฺติ นํ	เทวดาที่บุคคลผู้นั้นนับถือแล้ว จะนับถือเขาตอบ
ตโต นํ อนุกมฺปนฺติ	จากนั้นก็จะตั้งใจอนุเคราะห์บุคคลผู้นั้น
มาตา ปุตฺตํ ว โอรสํ	เหมือนกับมารดาอนุเคราะห์บุตรที่เกิดแต่อกของตน
เทวตานุกมฺปิโต โปโส	บุคคลที่เทวดาอนุเคราะห์แล้ว
สทา ภทฺรานิ ปสฺสติ	ก็จะพบเห็นแต่ความเจริญรุ่งเรือง

มนุษย์กับเทวดา มีความสัมพันธ์กัน เกี่ยวข้องกัน ให้เกียรติกัน นับถือกัน เคารพซึ่งกันและกัน ทางพุทธศาสนายอมรับเรื่องเทวดา เทวดามี แต่ไม่ใช่ให้ไปอ้อนวอนเทวดา ขอนั่นขอนี่ เป็นแต่เพียงว่าให้ทำความดี ให้ทำความดีแล้วเทวดาท่านก็คุ้มครองเอง ถ้าต้องการความคุ้มครองจากเทวดาก็ต้องเป็นคนดี ไม่ใช่ไปอ้อนวอนเอา คำไทยโบราณพูดถึงกันบ่อยๆ ว่า คนดีเทวดารักษา ถ้าเป็นคนชั่วก็มีอะไรที่

ชั่วๆ มาชักนำไปให้ชั่ว คือพวกเดียวกัน บางทีมีพวกอสุรกายพวกมีนิสัยในทางชั่วมาชักจูงไปในทางชั่ว ท่านลองนึกดูว่า คนไหนที่เป็นคนพาลเกเร ไปไหนก็เจอแต่คนเกเรจะตีกันอยู่เรื่อย ถ้าคนไหนเป็นบัณฑิตเป็นนักปราชญ์ เป็นคนดี ไปที่ไหนก็เจอแต่คนดี มีสิ่งคุ้มครอง อย่างน้อยก็มีมิตรมีสหายคอยจูงใจให้เป็นไปในทางที่ดี

คนที่มีความอดทน มีเมตตา ก็จะเป็นคนมีลาภ (ขนฺติโกเมตฺตวา ลาภี), จะเป็นคนมียศ (ยสสฺสี สุขสีลวา) คำว่า "ยศ" มีความหมายหลายอย่าง ไม่ใช่ยศอย่างที่คนทั้งหลายเข้าใจกันประการเดียว หมายถึงความดี หมายถึงทรัพย์สมบัติ ความเป็นใหญ่ ความนับถือ เสียงสรรเสริญ บริวาร เกียรติ เหล่านี้ล้วนเป็นยศ ทั้งสิ้น, สุขสีลวา คือมีปกติอยู่เป็นสุข, ผู้มีความอดทน เป็นที่รักของเทวดาและอมนุษย์ทั้งหลาย เป็นที่รักเป็นที่พอใจของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย (ปิโย เทวมนุสฺสานํ มนาโป โหติ ขนฺติโก) เป็นการแสดงถึงอานิสงส์ของเมตตาว่าเป็นที่รักของเทวดา เทวดาย่อมรักษา

ในกรณียเมตตสูตรก็ได้กล่าวถึงว่า มีพระพวกหนึ่งได้ไปบำเพ็ญสมณธรรมในป่า ไปกันหลายรูป เทวดาที่อยู่ในป่ารู้สึกว่าพระไปรบกวน ทำให้ท่านอยู่ไม่สุข เทวดาทั้งหลายจึงแสดงพฤติกรรมต่างๆ ให้น่ากลัว เป็นเหตุให้พระเหล่านั้นอยู่ไม่ได้ กลับไปเฝ้าพระพุทธเจ้าทูลเล่าให้ทรงทราบว่า ไปอยู่แล้วอยู่ไม่ได้ มีอะไรน่ากลัวมากมาย พระพุทธเจ้าท่านทราบ บอกว่าไปเถิด ไปอยู่ที่นั่น เราจะให้คาถาไปแผ่

เมตตา ให้แผ่เมตตาตั้งแต่ออกจากวัดเชตะวันไปจนถึงป่าที่จะอยู่อาศัย อานุภาพแห่งเมตตาที่ภิกษุเหล่านั้นแผ่ไปตั้งแต่ออกจากวัดเชตะวัน พอไปถึงป่าตรงนั้น เทวดาทั้งหลายก็รัก เทวดาต้อนรับดีไม่แสดงพฤติกรรมที่น่ากลัว แต่กลับช่วยเหลืออนุเคราะห์ นี่ก็ด้วยอานุภาพของเมตตา

เทวดาย่อมรักษา เป็นสิ่งที่มองไม่เห็นด้วยตาเนื้อของมนุษย์มีหลายอย่างที่มองไม่เห็นด้วยตาเนื้อ แต่มันสำคัญกว่าสิ่งที่มองเห็นด้วยตาเนื้อ เป็น Unseen World โลกที่มองไม่เห็นด้วยตาเนื้อ แต่เป็นสิ่งมีอยู่ เพราะฉะนั้นในทางพุทธศาสนาท่านสอนให้เป็นมิตรกับเทวดา เวลาจะทำบุญทำกุศลให้ทำอุทิศให้เทวดาด้วย (เทวตาพลี) โดยนัยนี้มนุษย์แทนที่จะไปง้อไปอ้อนวอนเทวดา กลับเผื่อแผ่ ถึงเทวดา ทำบุญทำกุศลอะไรก็น้อมจิตระลึกถึง อุทิศส่วนบุญให้เทวดาเป็นมิตร เป็นเพื่อนกัน เป็นสหายกัน

เพราะฉะนั้นท่านที่นับถือเทวดาแบบศาลพระภูมิ ถ้าท่านยังไม่สบายใจที่จะไม่ตั้งศาล หรือไม่ตั้งแล้วไม่สบายใจ หรือทะเลาะกันกับพ่อแม่ญาติพี่น้อง จะตั้งก็ตามใจ เชิญเถอะ แต่มีวิธีหนึ่งที่ถ้าทุกคนพร้อมใจกันในบ้านโดยที่ไม่ขัดแย้งกัน คือมาเป็นมิตรกับเทวดา อยู่ที่บ้านบอกว่า เทวดา! หรืออะไรต่างๆ ที่มองไม่เห็นด้วยตา ท่านจะอยู่ที่ไหนก็เชิญ ท่านจะอยู่ที่ไหนในบริเวณนี้ ต้นไม้ ต้นไหน บ้านตรงไหน เชิญอยู่ตามสบาย ไม่ต้องตั้งศาลเล็กๆ ให้อยู่เหมือนกับที่คนส่วนมาก

ทำกันอยู่ อยู่กันแบบอนุเคราะห์กัน มนุษย์ก็เอื้อเฟื้อแก่เทวดา เทวดาก็เอื้อเฟื้อแก่มนุษย์ ช่วยรักษามนุษย์ ทั้งมนุษย์และเทวดาเป็นเพื่อนร่วมเกิดแก่เจ็บตายด้วยกัน แต่อยู่คนละมิติกัน มนุษย์มองไม่เห็น เทวดาได้เปรียบตรงมองเห็นมนุษย์ทำนองนี้ นี่เป็นอานิสงส์ของการเจริญเมตตาข้อที่ว่า เทวดาย่อมรักษา

ข้อที่ 7 ไฟก็ตาม ยาพิษก็ตาม ศัสตราอาวุธก็ตาม จะไม่กล้ำกราย จะไม่ทำร้าย (นาสฺส อคฺคิ วา วิสํ วา สตฺถํ วา กมติ)

ถ้าเจริญเมตตาจนได้ฌานซึ่งมีเมตตาเป็นอารมณ์ จะยิ่งมั่นใจมากขึ้นว่าไฟ ศัสตรา ยาพิษ จะไม่กล้ำกราย ไม่ทำร้าย ไม่สามารถที่จะทำอะไรได้

มีเรื่องเล่าในคัมภีร์ของเราหลายแห่งบอกว่า มีพระปัจเจกพุทธเจ้า ท่านนั่งเข้าฌานอยู่ริมแม่น้ำ คนขึ้นมาจากอาบน้ำในแม่น้ำเข้าใจว่าท่านเป็นตอไม้ ลงเล่นน้ำกันขึ้นมาก็หนาว ต้องการจะผิงไฟเอาหญ้าแห้งมาสุมๆ กันที่ตอไม้ที่เป็นพระปัจเจกพุทธเจ้านั้นแหละแล้วจุดไฟ ปรากฏว่าไฟไหม้ฟางหญ้าแห้งไปหมด แต่ตัวท่านพระปัจเจกพุทธเจ้าไม่เป็นไร พอท่านออกจากฌานก็ไป ไฟไม่สามารถทำอันตรายแก่ท่านได้ ถ้าไม่ถึงระดับนั้น เป็นระดับคนธรรมดา ก็จะได้คลาดแคล้วจากไฟที่จะมาทำร้ายตามสมควร ดังคำพังเพยไทยที่ว่า “คนดีตกน้ำไม่ไหล

ตกไฟไม่ไหม้" น้ำไม่พัดไป ถ้าพัดไปก็ไม่เป็นอันตราย

มาถึงเรื่องยาพิษไม่กล้ำกราย คนที่บำเพ็ญภาวนาหรือเล่นทางจิตศาสตร์อย่างเช่น พวกโยคีในอินเดียบางท่านดื่มยาพิษได้หน้าตาเฉย ฝรั่งงงมากเพราะดื่มยาที่กินหยดเดียวก็ตาย แต่โยคีดื่มได้ถ้วยเล็กๆ เอกซเรย์เข้าไปดูก็มียาพิษอยู่ในกระเพาะ แต่ไม่เป็นอันตราย ก็เป็นเรื่องแปลก ลึกลับสำหรับเรา แต่ไม่ลึกลับสำหรับคนที่ทำได้ อย่างฝรั่งบางคนเล่นกลเก่งๆ เราดูทางทีวี เรารู้สึกว่าเป็นเรื่องลึกลับ ทำได้อย่างไร แต่เขาทำได้ เพราะเป็นเรื่องธรรมดาสำหรับเขา ที่ฝึกฝนมาดีแล้ว

มีเรื่องเล่าว่า มีหลวงตารูปหนึ่ง ที่ใกล้ๆ กุฏิของท่านมีมะม่วงหลายต้น มีคนข้างวัดมาขโมยมะม่วง ท่านจับได้เรียกมาดุด่าว่ากล่าวตามประสาของผู้ใหญ่ กลัวว่าเขาจะบาป เป็นเวรเป็นกรรมเพราะขโมยมะม่วงของวัด นายคนนี้ไม่เข้าใจก็โกรธท่าน คิดร้ายต่อท่าน ถึงกับวางยาพิษท่าน เอายาพิษคลุกขนม ให้ลูกชายเอามาถวายตอนเพลบังเอิญตอนที่ลูกชายเอาขนมมาถวาย หลวงตาได้ฉันเพลเสร็จแล้วท่านอิ่มแล้ว ก็เก็บขนมไว้ใต้โต๊ะที่ฉัน พระที่ฉันอาหารในวัดท่านจะมีโต๊ะเตี้ยๆ เก็บของไว้ใต้โต๊ะได้ ใช้นั่งขัดสมาธิฉันและมีของเก็บไว้ใต้โต๊ะได้ ตกเย็นเด็กมาเล่นกันแถวนั้นท่านก็เรียกเด็กมาให้ขนม บังเอิญหรือวิบากกรรมก็ไม่รู้ได้ เด็กคนที่มารับขนมจากท่านเป็นลูกของคนที่วางยาพิษท่านนั่นเอง ท่านก็ไม่รู้ เด็กก็ไม่รู้ เด็กกินขนมคลุกยาพิษ

เข้าไป ปรากฏว่าเด็กตายอันนี้เป็นความผิดของใคร สืบรู้กันเข้าว่าคนข้างวัดนั้นพยาบาทท่านที่ถูกท่านดุด่าว่ากล่าว แล้วมาวางยาพิษท่าน แต่ถูกกับลูกของตัวเอง อันนี้เรียกว่า คิดประทุษร้ายต่อท่านผู้ไม่ประทุษร้าย เป็นเรื่องเวรกรรมที่ไปทำกับพระผู้มีเมตตา ว่ากล่าวด้วยเมตตา แต่เขาไม่เข้าใจ ไม่รู้ เข้าไม่ถึง

ในอรรถกถาธรรมบทก็มีเรื่องเล่าถึงเศรษฐีคิดร้ายกับโฆสกะ ซึ่งเป็นลูกเลี้ยง แล้วก็ถูกกับลูกตัวเองเหมือนกัน คือสั่งให้ช่างหม้อเอาโฆสกะเข้าเตาเผาหม้อ ถือหนังสือไปบอกให้เอาเด็กที่ถือหนังสือมานี้สับให้ละเอียด แล้วโยนเข้าเตาเผาหม้อ โชคร้ายหรือเวรกรรมมันไปสลับคนเสีย เป็นอันว่าลูกของตัวเองเป็นคนไปส่งหนังสือ เลยโดนลูกของตัวเองตาย นี่ก็เป็นการคิดประทุษร้ายต่อผู้ไม่คิดประทุษร้ายคนที่มีเมตตาก็มีอันให้แคล้วคลาดไป ยาพิษที่เขาตั้งใจวางยาพิษก็ไม่ถูก ไปถูกคนอื่น ก็เหมือนกับถูกตัวเอง

มีเรื่องเล่าในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ตอนที่ว่าด้วยเมตตาว่าแม้เพียงแต่สัตว์เดรัจฉานคือแม่โคยืนให้นมลูกอยู่ด้วยจิตอ่อนโยนต่อลูกนายพรานยิงไปด้วยธนู ยิงไม่ถูก ยิง ๒-๓ ครั้ง ธนูก็หลบไปหลบมาไม่ถูก อันนี้ท่านบอกว่าก็ด้วยอำนาจของเมตตาที่แม้โคแม้จะไม่มีต่อนายพราน แต่มีกับลูก มีจิตใจอ่อนโยนต่อลูกขยะยืนให้ลูกดื่มนมอยู่ จิตใจที่อ่อนโยนในสัตว์เดรัจฉานต่อลูกยังมีผลถึงขนาดนี้ ไม่ต้องกล่าวถึงว่าจิตใจที่อ่อนโยนของบุคคลที่มีต่อบุคคลอื่น เมตตาคือ สภาพจิตใจที่

อ่อนโยนต่อผู้อื่น อันนี้เป็นเรื่องของอานิสงส์ของการเจริญเมตตาข้อที่ ๗

ตามนัยที่กล่าวมาโดยย่อนี้จะเห็นว่า การเจริญเมตตามีอานิสงส์มากทั้งทางฝ่ายโลกและฝ่ายธรรม เราถือหลักให้ได้ว่าถ้าไม่ต้องการให้ผลร้ายเกิดขึ้นแก่เรา ก็อย่าไปคิดในทางร้ายแก่ผู้อื่น ให้คิดไปในทางที่ดีๆ สร้างแนวจิตไปในทางที่ดี ท่านจะพบความจริงในชีวิตของท่านเอง ขอให้ท่านทดลอง ทดสอบ พิสูจน์ ตั้งข้อสังเกตว่าความคิดของคนมีอิทธิพลต่อชีวิตของเขามาก มีความคิดไปทางใดมาก ชีวิตก็จะไปทางนั้น ถ้าคนที่คิดแต่เรื่องร้ายๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งคิดร้ายต่อผู้อื่น ความร้ายนั้นจะกลับมาหาตัว ถ้าเราคิดแต่ดีๆ มีจิตใจอ่อนโยนต่อคนทั้งหลาย สิ่งที่ดีงามต่างๆ ก็จะมาหาตัวเราเอง และอย่าไปคิดว่าคนนั้นคนนี้เป็นศัตรูของเรา ขอให้คิดแต่เพียงว่า เขามาให้กำลังใจแก่เรา แม้เขาจะมีท่าทีเป็นศัตรู แต่ให้คิดว่า เขามาให้กำลังใจแก่เราให้เรามีกำลังใจมากขึ้น

อย่างที่โบราณว่า ศัตรูคือยากำลัง ให้เรามีความเข้มแข็งมากขึ้น มีแรงต้านทานมากขึ้น ว่าวจะขึ้นสูงได้ ต้องมีแรงลมช่วยพัดขึ้นไป มันต้องต้านแรงลมได้ เชือกว่าวไม่ขาดลอยลมขึ้นไปได้พอลอยขึ้นไปได้สักระยะหนึ่ง มันก็จะติดลมบน ว่าวก็จะลอยอยู่ได้ เมื่อติดลมบนแล้ว อยู่เหนือลมแล้ว เหนือทุกข์ เหนือสุข เหนือการได้การเสีย มองอะไรเหมือนกัน ได้ก็อย่างนั้น เสียก็อย่างนั้น อยู่ติดลมบน

ถ้าเราจะเป็นผู้ปฏิบัติธรรมโดยการเจริญเมตตา แผ่เมตตา อยู่ด้วยเมตตา เมตตาวิหารี ก็ไม่จำเป็นต้องแสดงรูปลักษณ์ ถ้าเราจะปฏิบัติธรรมอย่างนี้ อาจแฝงอยู่ในรูปแบบใดๆ ก็ได้ ไม่จำเป็นต้องติดรูปแบบว่าเราจะต้องนุ่งขาวห่มขาว ต้องทำนั่นทำนี่ให้เห็นว่าเรา คือผู้ปฏิบัติธรรม แฝงอยู่รูปใดก็ได้ การแต่งเนื้อแต่งตัว ความเป็นอยู่ไม่ต้องแสดงภาพลักษณ์ หรือรูปลักษณ์ ว่าเราเป็นผู้ปฏิบัติธรรมก็ได้เป็นผู้ปฏิบัติธรรมโดยไม่ต้องแสดงรูปลักษณ์ให้ปรากฏก็ได้

ท่านลองนึกดูในทางกลับกันก็ได้ อย่างโจรแม้ไม่แสดงรูปลักษณ์ว่าเป็นโจร ไม่ต้องแสดงท่าทางว่าเป็นโจร มันก็เป็นโจรได้บางทีเป็นโจรได้แนบเนียนกว่าคนที่แสดงรูปลักษณ์ว่าเป็นโจรด้วยเพราะคนที่แสดงรูปลักษณ์ว่าเป็นโจร คนจะกลัวอาจจะทำอะไรไม่ได้ แต่คนที่ไม่ได้แสดงรูปลักษณ์ว่าเป็นโจร ปรากฏรูปลักษณ์เป็นผู้ดี แต่ภายในเป็นโจรก็เป็นได้ เพราะฉะนั้นผู้ที่ปฏิบัติแท้จริงไม่จำเป็นต้องแสดงรูปลักษณ์ในเพศของผู้ปฏิบัติธรรม แสดงก็ได้แล้วแต่สะดวก สะดวกอย่างไรก็ทำไปอย่างนั้น ข้อสำคัญ คือ สันติสุขภายใน ความสงบสุขภายใน สำคัญกว่าการแสดงรูปลักษณ์ภายนอก

อันนี้พูดถึงอานิสงส์ของเมตตาข้อที่ ๗ ไฟ ศัสตราอาวุธ ยาพิษไม่กล้ำกราย ไม่ทำร้าย แต่ถ้าจะทำร้ายบ้างอันนั้นก็เป็นข้อยกเว้นกฎทุกอย่างมีข้อยกเว้น

ข้อที่ ๘ ผู้มีเมตตาจิตย่อมเป็นสมาธิได้เร็ว (ตุวฏํ จิตฺตํ สมาธิยติ)

คนที่มีเมตตา มีจิตใจอ่อนโยนอยู่ จิตก็เป็นสมาธิได้เร็ว เพราะมีความสุข มีปีติอยู่เสมอ สมาธิก็เกิดขึ้นได้ง่าย มีปีติ ปัสสัทธิ สุข สมาธิ มีความสุข คนที่มีเมตตาจะเป็นคนที่มีความสุข เมตฺตวาลาภี สุขสีลวา เป็นผู้มีปกติอยู่เป็นสุข ผลต่อมาก็เป็นสมาธิ คือ จิตตั้งมั่น จิตเป็นสมาธิได้เร็วเพราะมีเมตตาจะมีความสุข คนที่มีความสุขจิตก็เป็นสมาธิได้เร็ว ถ้าเริ่มต้นด้วย ศรัทธา ปราโมทย์ปีติ ปัสสัทธิ (การผ่อนคลาย) สุข สมาธิ ผู้มีเมตตาจะมากไปด้วยความสุข มีปกติอยู่เป็นสุข ที่ท่านเรียกว่า สุขสีลวา เมื่อมีปกติอยู่ เป็นสุข จิตก็เป็นสมาธิเร็ว อย่างน้อยที่สุดก็เร็วกว่าคนที่ปกติอยู่เป็นทุกข์

เวลาที่เรามีความทุกข์ พยายามให้จิตเป็นสมาธิ ก็เป็นยากสู้เวลาที่มีความสุขไม่ได้ แต่ไม่ใช่ความสุขในลักษณะของความเพลินเพลิน เป็นความสุขในลักษณะที่สงบ เย็น เป็นความสุขจากกุศลธรรมที่ท่านเรียกว่า *ธรรมสมาธิ* เช่น ประพฤติอยู่ในกุศลกรรมบถ ๑๐ มีกายกรรมเป็นกุศล วจีกรรมที่เป็นกุศล และมโนกรรมที่เป็นกุศล รวมทั้งหมด ๑๐ อย่าง จิตใจก็เป็นสมาธิจากากรที่ได้ประพฤติอยู่ในกุศลกรรมบถนั้น อันนี้เรียก ธรรมสมาธิ จิตที่สงบระงับเพราะการได้ธรรมสมาธินั้นแหละเรียกว่า *จิตสมาธิ* ถ้าเจริญวิปัสสนา พิจารณาสิ่งทั้งหลายโดยความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา สงบเยือกเย็น ปล่อย

วางสิ่งต่างๆ ได้ ก็เป็น *วิปัสสนาสมาธิ* หมายถึง สมาธิที่ได้จากการเจริญวิปัสสนา นี่คือ อานิสงส์ของการเจริญเมตตา ทำให้จิตเป็นสมาธิได้เร็ว ไม่เหมือนกับคนที่มีโทสะจิตเป็นสมาธิได้ยาก

ข้อที่ ๙ ผู้ที่เมตตาย่อมมีสีหน้าผ่องใส (มุขวณฺโน วิปฺปสีทติ)

นึกดูคนที่โกรธสีหน้าจะบึ้งตึง ไม่ผ่องใส ถึงจะเป็นคนสวยแต่พอสีหน้าบึ้งตึงก็จะไม่ผ่องใส ถ้าคนที่มีเมตตาสีหน้ายิ้มแย้มด้วยอานุภาพแห่งเมตตาด้วยอานิสงส์ของเมตตา ด้วยความรู้สึกที่มีเมตตา สีหน้าก็จะผ่องใสออกมา บางท่านเปรียบว่าสีหน้าผ่องใสเหมือนแว่นหรือแก้วกระจก เป็นเรื่องของผู้มีเมตตาที่ทำให้สีหน้ายิ้มแย้ม หน้าตายิ้มแย้ม ดูดี ดูผ่องใส

ข้อที่ ๑๐ ไม่หลงตาย (ทำกาลกิริยา) (อสมฺมุฬฺโห กาลํ กโรติ)

มีคนเป็นจำนวนไม่น้อยที่เป็นคนไม่มีธรรมและหลงตายมีความรู้สึกว่าได้ทำบาปไว้มาก ได้ทำทุจริตไว้มาก เวลาก่อนจะตายมีกรรมนิมิตมาปรากฏ คือ กรรมหรือสิ่งที่เคยทำไว้นั้นมาปรากฏให้เห็นในมโนทวาร คนอื่นอาจจะไม่เห็น แต่ตัวบุคคลผู้นั้นเห็น คนที่มีอาจิณณกรรมอย่างไร เช่น มีปกติในการฆ่าสัตว์ เบียดเบียนสัตว์ ลักขโมย มีปกติประพฤติอย่างไร ทำบาปอย่างใด กรรมบาปอย่างนั้น สิ่งนั้นก็จะ

ปรากฏให้เห็นในมโนทวาร คือ ทางใจ เรียกกรรมนิมิต ถ้าเป็นคนทำบาปอยู่เป็นอาจิณ บาปที่ทำหรือสิ่งที่ทำก็จะมาปรากฏ เกิดความสะดุ้ง หวาดกลัว ทำให้จิตใจไม่ปกติ เพ้อไป หลงไป คร่ำครวญไป มีอาการแปลกๆ ไม่สงบ อย่างนี้ท่านเรียกว่า หลงตาย หลงทำกาลกิริยา

มีเรื่องเล่าไว้ในอรรถกถาธรรมบทมากมาย และที่ไม่ใช่ในอรรถกถาธรรมบทก็มากมาย เล่าถึงคนฆ่าหมูอยู่เป็นปกติ พอจวนจะตายก็ร้องเป็นเสียงหมู ลงคลาน ๔ ขา คนที่ฆ่าวัว ภาพที่ตัวฆ่าวัวก็ปรากฏให้เห็น ร้องเสียงเป็นวัว ฆ่าแพะ ฆ่าแกะ ฆ่าไก่ ก็เหมือนกัน มีอยู่คนหนึ่งเป็นคนที่ชอบเล่นพนันไก่ชน เป็นเจ้าของไก่ตัวแล้วตัวเล่า พอถึงเวลาจะตายเอามือทั้ง ๒ ข้างของตัวมาชนกันตลอดเวลา จนมือเขียวดำเปื่อยก็ยังไม่ตาย จนมือเปื่อยเน่าไปมากก็ตาย ตายด้วยความทุกข์ทรมาน โดยการเอามือชนกัน นี่เป็นอาการหนึ่งของกรรมนิมิต เป็นกรรมที่ตนได้ทำเป็นประจำ มาปรากฏทำให้ไม่สบายใจ เมื่อลืมตาเห็นโลกนี้ หลับตาเห็นโลกหน้าคตินิมิต คือสถานที่จะไปในภพหน้า จะเห็นภาพหรือภพที่ตนจะไป เช่น ถ้าจะไปเกิดในหมู่สัตว์เดรัจฉาน ก็เห็นสัตว์เดรัจฉานประเภทนั้นๆ มาปรากฏให้เห็นมากมาย ไปเกิดเป็นนกเป็นกา หรือเป็นอะไรก็จะมีภาพของสิ่งนั้นมาปรากฏขึ้นเป็นกลุ่มๆ เป็นหมู่ๆ เรียกคตินิมิตคือเครื่องหมายของคติที่จะไปหลังจากตายแล้ว เพราะฉะนั้นคนที่ไม่มีธรรมะ เป็นคนมีบาป สั่งสมบาปไว้มาก เวลาจะตายก็จะมีสิ่งร้ายเหล่านี้ปรากฏขึ้น ถึงคนอื่นจะไม่เห็น แต่ตัวผู้ที่จะ

ตายเห็น

ในทางกลับกัน คนที่มีบุญ ได้ทำบุญไว้มาก ได้สะสมสิ่งที่ดีงามเอาไว้ อาสันนกรรมดี กรรที่ทำไว้เมื่อจวนจะตาย จิตใจดีระลึกถึงสิ่งที่ตนทำมาตลอด ทำแต่ความดี เป็นคนที่มีปกติรักษาศีลให้ทาน เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่กับเพื่อนมนุษย์ ได้ทำอะไรไว้อยู่เป็นประจำภาพของสิ่งนั้นก็ปรากฏขึ้นให้ปลื้มใจ ชื่นบาน มีจิตใจแช่มชื่น มีอาการยิ้มน้อยๆ คตินิมิตก็ปรากฏ คือ ตนจะไปเกิดในหมู่ใด เช่นไปเกิดในหมู่เทวดา ภาพของเทพก็ปรากฏขึ้นให้เห็น เกิดในหมู่มนุษย์พวกไหน อย่างไร ภาพเหล่านั้นจะปรากฏขึ้นในมโนทวาร อันนี้เรียกคตินิมิตในทางฝ่ายดี พวกนี้จะไม่หลงตาย จะตายด้วยความสงบด้วยความแช่มชื่น ตายมีความสุข รู้ว่าตายแล้วจะได้รับความสุขความสบายกว่าตอนเป็นอยู่ ก็เลยไม่กลัวตาย ตายเมื่อไรก็เมื่อนั้น

อย่างที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า เหมือนกับคนที่หลับแล้วตื่นขึ้น (สุตฺตปฺปพุทฺโธ วิย) หรือเหมือนทำลายภาชนะดิน ไปเอาภาชนะทองคำ หรือรู้ว่าก้าวจากกระต๊อบไปปราสาท ขึ้นจากคอช้าง คอม้าก้าวขึ้นสู่ปราสาทโดยลำดับ ก็มีความอุ่นใจ มีความแช่มชื่นใจไม่เดือดร้อน อันนี้เป็นประการที่ ๑๐

ข้อที่ ๑๑ ถ้าไม่ได้บรรลุธรรมที่สูงขึ้นไป ก็จะได้ไปสู่พรหมโลก (อุตฺตรึ อปฺปฏิวิชฺฌนฺโค พฺรหฺมโลกูปโค โหติ)

อันนี้เป็นการแสดงชัดถึงคำว่า "เมตตาเจโตวิมุติ" ที่กล่าวถึงข้างต้นของเรื่องนี้ว่า อานิสงส์ ๑๑ ประการนี้ ท่านกล่าวเต็มรูปถึงอานิสงส์ของเมตตาเจโตวิมุติ เจโตมิมุติ ตามตัวแปลว่า หลุดพ้นด้วยใจ ความหมายคือสมาธิที่ได้ถึงขั้นอัปปนา

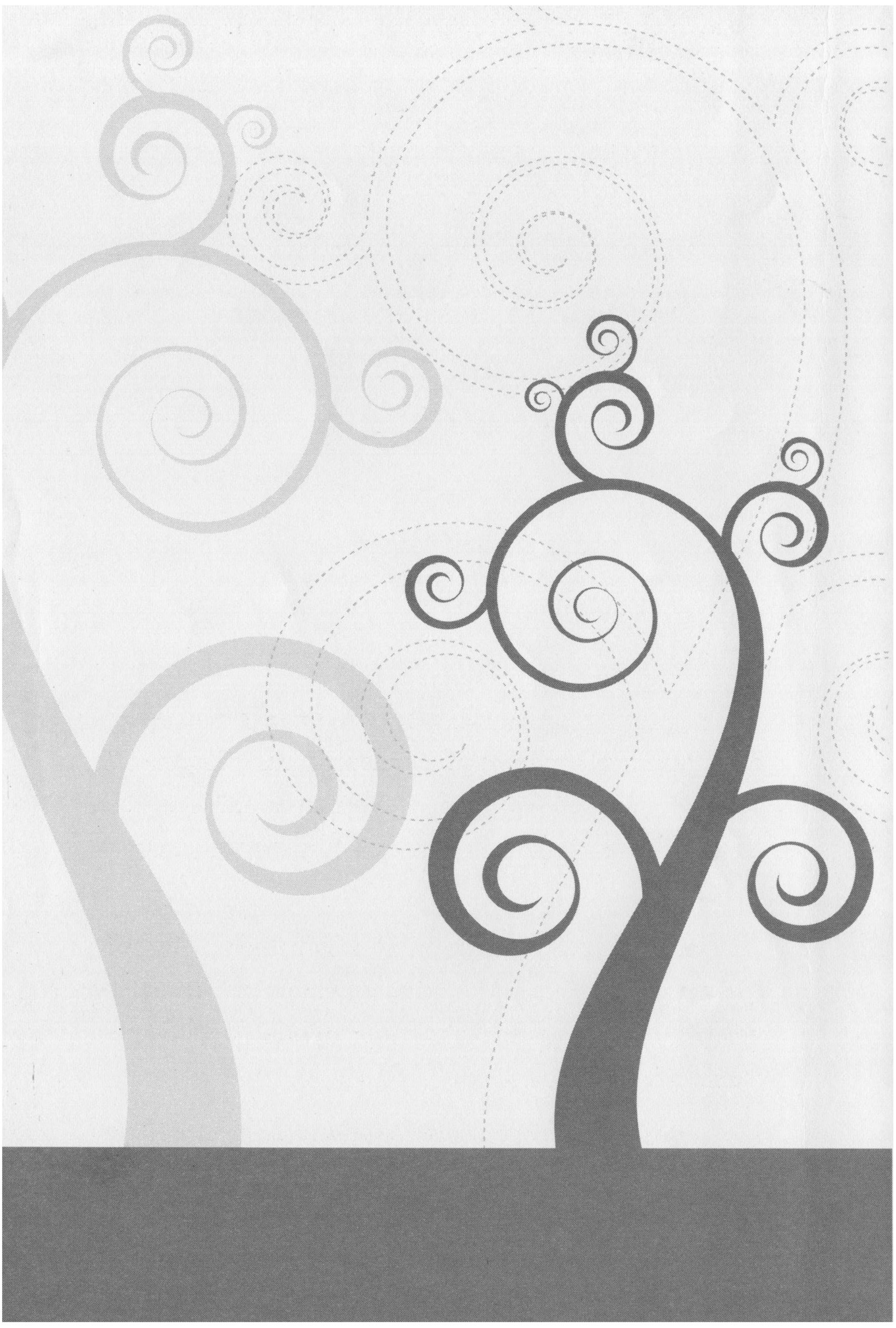
สมาธิมี ๓ ระดับ คือ

๑) *ขณิกสมาธิ* – สมาธิชั่วขณะ เป็นสมาธิที่เราใช้ในเวลาทำงานในการพูด

๒) *อุปจารสมาธิ* - สมาธิใกล้ฌาน หรือเฉียดฌาน ใช้ประโยชน์ในการตัดกิเลส หรือถอยออกมาจากฌาน เพราะในฌานมีความสงบจะพิจารณาไตรลักษณ์ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ไม่ถนัด ต้องถอยออกมาจากฌาน แล้วยกจิตขึ้นสู่วิปัสสนากรรมฐาน

๓) *อัปปนาสมาธิ* – สมาธิคือฌานนั่นเอง ฌานที่ ๑ ถึงที่ ๘ เป็นอัปปนาสมาธิทั้งนั้น แต่ความประณีตไม่เท่ากัน ผู้ที่ได้ฌานตั้งแต่ฌานที่ ๑ ขึ้นไป ถ้าไม่ได้บรรลุคุณวิเศษ เช่น อริยคุณเป็นพระโสดาบันเป็นต้น ยังไม่ได้คุณวิเศษที่สูงขึ้นไปก็ต้องไปพรหมโลก เมื่อตายแล้ว เพราะพรหมโลกเป็นที่อยู่ของท่านผู้ได้ฌาน และฌานยังไม่เสื่อม ตายแล้วก็ไปพรหมโลก

นี่เป็นอานิสงส์ของเมตตา ๑๑ ประการ ถ้าได้ฌานก็จะได้รับอานิสงส์ของเมตตาเต็มรูปทั้ง ๑๑ ประการตามที่กล่าวนี้ แต่ถ้าเจริญเมตตาโดยไม่ถึงฌานก็จะได้รับอานิสงส์ของเมตตาลดหลั่นลงมา หรือเจือจางลงไป ไม่เข้มข้นเหมือนผู้ที่ได้เจริญเมตตาโดยได้ฌาน เพราะฉะนั้นผู้ที่ต้องการบรรเทาความโกรธ หรือต้องการลดละความโกรธก็ควรพิจาร-ณาถึงอานิสงส์ของเมตตาตามที่กล่าวมาแล้วนี้หลายๆ ครั้งก็จะได้มีวิริยะอุตสาหะที่จะเจริญเมตตา เพราะระลึกถึงผลของสิ่งนี้ ระลึกถึงอานิสงส์ของสิ่งนี้ ทำให้เป็นผู้ที่มุ่งผล เมื่อมุ่งผลก็ต้องทำเหตุให้สมควรแก่ผล



บทสรุป

บุคคลผู้ประกอบพร้อมด้วยธรรม ๕ อย่างคือ ทาน ศีลหรือสุจริต (สมจริยา) การฝึกตน (ทมะ) การสำรวมตน (สัญญมะ) และเมตตา ดังกล่าวมานี้ ชื่อว่าได้ทำทางไปสู่สุคติ หรือสร้างแหล่งแห่งความสุขให้แก่ตนและผู้เกี่ยวข้อง เช่น ญาติสนิทมิตรสหาย และบริวารชนอื่นๆ

ทาน เป็นธรรมเครื่องยึดเหนี่ยวน้ำใจกันในสังคม **ศีล** หรือ**สุจริต** ทำให้คนในสังคมอยู่กันโดยไม่เบียดเบียนกัน **การฝึกตน การสำรวมตน**และ**เมตตา** เป็นธรรมเครื่องอบรมจิตใจให้ร่มเย็นขัดเกลากิเลสให้เบา บาง

กิเลสเป็นศัตรูตัวร้ายหมายเลข ๑ ของมวลมนุษย์ การแก้ปัญหาทางการศึกษา เศรษฐกิจ สังคมและการเมือง ที่ไม่คำนึงถึงศีลธรรม

หรือการขัดเกลากิเลสนั้น ไม่มีทางที่จะทำได้ เมื่อใดสังคมได้ตระหนักชัดในเรื่องนี้ แล้วหันมาฝึกตน สำรวมตน ขัดเกลากิเลสเมื่อนั้นการพัฒนาสังคมจึงจะเป็นไปได้ด้วยดี

ในหมู่นักศึกษาในมหาวิทยาลัยต่างๆ ซึ่งสำคัญตนว่าเป็นปัญญาชนนั้น ถ้าไม่มีศีลธรรม ไม่มีจริยธรรม ไม่มีเมตตาเป็นอาภรณ์ประดับตนแล้ว ก็จะเป็นทุรชนเสียโดยมาก ไม่มีศักดิ์ศรีของความเป็นนักศึกษาอยู่เลย ยังจะดึงให้สถาบันการศึกษาตกต่ำลงอีกด้วย เป็นที่เกลียดชัง เหยียดหยามของมหาชน กรณีการรับน้องที่เป็นเรื่องวิจารณ์อื้อฉาวอยู่ในเวลานี้ พอเป็นตัวอย่างได้ว่า ผู้มีการศึกษาที่ไม่มีธรรมประดับตนนั้นชั่วร้ายเพียงใด คนที่ไม่มีการศึกษาแต่มีธรรมประจำใจเสียอีก ยังจะน่าเคารพนับถือ น่าให้เกียรติในฐานะเป็นสาธุชน คนดีคนมีประโยชน์ใช้ชีวิตอย่างสงบ (Peaceful and useful life) เป็นผู้น่าสรรเสริญสมพุทธศาสนสุภาษิตที่ว่า

สาธุรูโป จ ปาสํโส ทฺวารตฺเยน สจฺจวา

แปลว่า “ผู้มีสัจจะอันดีทางกาย วาจา ใจ (ไตรทวาร) จัดเป็นคนดีและน่าสรรเสริญ”

คนดีเพราะทำดี พูดดี และคิดดี ไม่ใช่เพราะชาติกำเนิด ไม่ใช่เพราะสถาบันการศึกษา ไม่ใช่เพราะตำแหน่งและทรัพย์

ทุกคนต้องการความสุขหลีกหนีความทุกข์ แต่แหล่งแห่งความสุขมีได้เพราะคุณธรรม มีการเสียสละ แบ่งปัน เป็นต้น ตามที่กล่าวมาแล้ว เพราะฉะนั้นขอให้เราทั้งหลายช่วยกันสร้างแหล่งแห่งความสุขแก่กัน อย่าสร้างแหล่งแห่งความทุกข์ให้แก่กันเลย

ขอสัตว์ทั้งหลายผู้มีทุกข์จงพ้นทุกข์

ผู้มีภัยจงพ้นภัย

ผู้มีโศกจงพ้นโศกตลอดกาลทุกเมื่อ

(ทุกฺขปฺปตฺตา จ นิทฺทุกฺขา ภยปฺปตฺตา จ นิพฺภยา

โสกปฺปตฺตา จ นสฺโสกา โหนฺตุ สพฺเพปิ ปาณิโน)



การเจริญเมตตามีอานิสงส์มากทั้งทางฝ่ายโลกและฝ่ายธรรม เราถือหลักให้ได้ว่าถ้าไม่ต้องการให้ผลร้ายเกิดขึ้นแก่เรา ก็อย่าไปคิดในทางร้ายแก่ผู้อื่น ให้คิดไปในทางที่ดี ๆ สร้างแนวจิตไปในทางที่ดี ท่านจะพบความจริงในชีวิตของท่านเอง ขอให้ท่านลองสังเกตดูเถิดว่า ความคิดของคนมีอิทธิพลต่อชีวิตของเขามาก คนที่คิดแต่เรื่องร้าย ๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งคิดร้ายต่อผู้อื่น ความร้ายนั้นจะกลับมาหาตัว ถ้าเราคิดแต่เรื่องดี ๆ มีจิตใจอ่อนโยนต่อคนทั้งหลาย สิ่งที่ดีงามต่าง ๆ ก็จะมาหาตัวเราเอง และอย่าไปคิดว่าคนนั้นคนนี้เป็นศัตรูของเรา ขอให้คิดแต่เพียงว่า เขามาให้กำลังใจแก่เรา ให้เรามีกำลังใจมากขึ้น

ISBN 978-974-93487-4-5

9 789749 348741